



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Keravan perhekoulun vaikuttavuus - kasvatukselliset ohjauskeinot, vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus sekä vanhemman jaksaminen

Tiensuu, Juuso
Valli, Katri

Laurea-ammattikorkeakoulu
Tikkurila

Keravan perhekoulun vaikuttavuus -
kasvatukselliset ohjauskeinot, vanhemman ja lapsen
välinen vuorovaikutus sekä vanhemman jaksaminen

Juuso Tiensuu & Katri Valli
Sosiaalialan koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Elokuu, 2015

Juuso Tiensuu & Katri Valli

Keravan perhekoulun vaikuttavuus - kasvatukselliset ohjauskeinot, vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus sekä vanhemman jaksaminen

Vuosi	2015	Sivumäärä	55
-------	------	-----------	----

Tutkimus sai alkunsa tarpeesta selvittää Keravan perhekoulun vaikuttavuutta. Tutkimuksen tavoitteena oli käsitellä vanhempien käyttämiä kasvatuksellisia ohjauskeinoja, vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta sekä vanhempien jaksamista perhekoulun aikana. Tutkimuksen tulokset pohjautuivat vanhempien kokemuksiin aiheesta.

Tutkimuksen teoriaosuudessa käsiteltiin muun muassa lapsiperheiden palveluja ja yhteiskunnallista asemaa sekä kasvatuksellisia ohjauskeinoja ja vertaistuen merkitystä. Aineisto kerättiin määrällisiä tutkimusmenetelmiä käyttäen. Aineisto koostui 19 vanhemman ennen ja jälkeen perhekoulun täyttämistä kyselylomakkeista, ja yhteensä niitä oli 38. Kyselylomakkeissa kysyttiin esimerkiksi vanhempien jaksamisesta ja heidän käyttämistään ohjauskeinoista. Aineisto analysoitiin SPSS-ohjelmalla pääasiassa ristiintaulukoimalla. Tutkimus osoitti, että Keravan perhekoulu vaikutti eniten negatiivisten asioiden vähentymiseen. Vanhemmat käyttivät perhekoulun jälkeen kasvatuksessa harvemmin negatiivisia ohjauskeinoja, ja ärtymyksen tunteminen lasta kohtaan väheni. Tutkimuksessa ilmeni myös, että vanhempien kokema väsymys väheni Keravan perhekoulun myötä. Keravan perhekoulu näyttäytyy hyvänä varhaisen tuen välineenä lapsiperheille. Tutkimuksen tuloksia voidaan käyttää näyttönä Keravan perhekoulun vaikuttavuudesta.

Asiasanat: perhekoulu, kasvatukselliset ohjauskeinot, vuorovaikutus, vanhemman jaksaminen, vanhemmuus, ylivilkkaus, vertaistuki, kvantitatiivinen tutkimus

Juuso Tiensuu & Katri Valli

The Family School in Kerava - The Effectiveness on Parenting Skills, the Interaction between the Parents and Their Children, and the Parents' Ability to Cope

Year	2015	Pages	55
------	------	-------	----

The purpose of this study was to investigate the effectiveness of the family school programme in Kerava. The reason for this study was that the subject had never been studied in Kerava before. The main objective of this study was to research the impact of the family school programme in Kerava on the parents' means of controlling their children, the interaction between the parents and their children, and the parents' coping ability. The results are based on the parents' experiences before and after the family school programme in Kerava was implemented.

The theoretical part of this study is about the social status of families and the services aimed at them, parenting skills and peer support. This study was carried out using quantitative methods. The research data used in this study was questionnaires that the 19 parents had filled out before and after they took part in the family school programme. The questionnaire had questions about the parents' tiredness and their means of controlling their children. In all the data used in the research was 38 questionnaires and the data was analyzed with SPSS-software, mostly using cross tabulation. The study showed that the family school programme had the greatest effect on reducing the negative means that the parents use to control their children and the irritability that the parents felt towards their children. Also the study shows that the family school in Kerava helped with the tiredness the parents felt. The main conclusion of the study is that the family school in Kerava works well to help families early on before their problems grow too big. The results of this study can be used to indicate the benefits of the family school programme in Kerava.

Keywords: family school, parenting skills, interaction, parenting, coping ability, overactivity, peer support, quantitative study

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Lapsiperheiden asema suomalaisessa yhteiskunnassa ja toimivat palvelut perheiden tukemisessa	7
3	Vanhemmuuden haasteet ja vanhemman jaksaminen.....	10
3.1	Vanhemmuuteen liittyvät huolet	10
3.2	Lapsiin liittyvät huolet	12
3.3	Vanhempien kokemuksia palveluista	12
4	Kasvatukselliset ohjauskeinot.....	13
4.1	Johdonmukaisuus.....	14
4.2	Vuorovaikutus lapsen kanssa	15
4.3	Myönteisen käyttäytymisen vahvistaminen	16
5	Lapsen ylivilkkaus	18
6	Vertaistuen merkitys vanhemmille	20
7	Keravan perhekoulu	21
8	Vaikuttavuustutkimuksia perheinterventioista ja perhekouluista	23
9	Tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet	24
10	Aineisto ja menetelmä	24
11	Tulokset.....	26
11.1	Vanhemman kasvatuksellisten ohjauskeinojen kehittyminen	27
11.2	Vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen kehittyminen	34
11.3	Vanhemman jaksamisen kehittyminen	35
11.4	Tutkimuksen teemojen tarkastelu summamuuttujilla.....	39
12	Johtopäätökset	43
12.1	Vanhemman kasvatuksellisten ohjauskeinojen kehittyminen	44
12.2	Vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen kehittyminen.....	44
12.3	Vanhemman jaksamisen kehittyminen	44
13	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys.....	45
14	Pohdinta	46
	Lähteet	49
	Kuviot	52
	Taulukot	53
	Liitteet.....	54

1 Johdanto

Lähdimme tekemään tätä tutkimusta, kun olimme aloittamassa työskentelyä Keravan perhekoulussa osana sosiaalialan opintojamme. Perhekoulussa työskentelyn ohella tuli ilmi, että Keravalla perhekoulun vaikuttavuutta ei ollut vielä tutkittu, ja sille olisi kuitenkin tarvetta. Tutkimuksen aihe vaikutti meistä mielenkiintoiselta, sillä olemme kumpikin kiinnostuneita lasten ja perheiden parissa työskentelystä. Tästä syystä innostuimmekin tarttumaan haasteeseen ja päätimme tehdä tämän tutkimuksen.

Tutkimuksen tekemisen ohella työskentelimme kevään 2015 ajan Keravan perhekoulussa lastenryhmässä avustajina. Avustajina toimiessamme pääsimme työskentelemään perhekouluun osallistuneiden lasten parissa. Lisäksi pääsimme kumpikin seuraamaan myös perhekoulun vanhempainryhmän toimintaa. Avustajina työskentely syvensi ymmärrystämme Keravan perhekoulusta ja sen toimintaperiaatteista, ja koemme, että tästä kokemuksesta on ollut paljon hyötyä tutkimustamme ajatellen. Oli hyvin mielenkiintoista päästä tutkimaan Keravan perhekoulua, joka näyttäytyi meille käytännössä toimivana interventiona.

Keravan perhekoulun toiminnan tarkoituksena on tukea perheitä, joissa vanhemmat kokevat alle kouluikäiset lapsensa ylivilkkaiksi tai muuten haastaviksi. Perhekoulussa toimivat samanaikaisesti ryhmät sekä vanhemmille että lapsille. Vanhempainryhmässä käydään läpi vanhemmuuteen liittyviä teemoja ja sen toiminnassa korostuu vertaistuen merkitys. Lastenryhmässä lapset puolestaan harjoittelevat erilaisia taitoja oman avustajansa kanssa. Keravan perhekoulun kesto on kymmenen toimintakertaa, joista jokainen kestää noin kolme tuntia.

Tutkimuksemme koostuu teoria- ja tutkimusosioista. Teoriaosiossa käsittelemme lapsiperheiden asemaa ja lapsiperheille kohdistettuja palveluja yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Sen lisäksi käsittelemme teoriaosiossa vanhemman jaksamista, kasvatuksellisia ohjauskeinoja, lapsen ylivilkkautta sekä vertaistuen merkitystä vanhemmille. Avaamme myös tarkemmin Keravan perhekoulun toimintaa ja aiempia muista perhekouluista tehtyjä vaikuttavuustutkimuksia. Teoriaosiomme aiheet valitsimme tutkimukseemme siten, että ne määrittelevät toimintaympäristöä ja tarvetta Keravan perhekoululle. Lisäksi halusimme tuoda teoriaosuudessa esiin tutkimuksemme kannalta oleellisia käsitteitä. Tutkimusosiossa käymme tutkimusprosessimme tarkasti läpi vaihe vaiheelta. Tutkimuksemme aiheena on Keravan perhekoulun vaikuttavuus koskien vanhempien käyttämiä kasvatuksellisia ohjauskeinoja, vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta sekä vanhempien jaksamista. Tutkimus on suoritettu määrällisin menetelmin ja sen aineistona toimivat vanhemmilta ennen ja jälkeen perhekoulun kerätyt kyselylomakkeet. Tutkimuksemme perustuu vanhempien kokemukseen Keravan perhekoulun vaikuttavuudesta.

2 Lapsiperheiden asema suomalaisessa yhteiskunnassa ja toimivat palvelut perheiden tukemisessa

Lapsiperheiden asema Suomessa on mielenkiintoinen aihe. Sipilä ja Österbacka (2013) toteavat Valtiovarainministeriön teettämässä julkaisussa, että jo kymmenien vuosien ajan Suomessa on pyritty vahvistamaan ehkäiseviä toimia huostaanottojen ja laitossijoitusten vähentämiseksi. Tämä ei ole kuitenkaan toiminut, vaan nämä raskaimmat toimet ovat lisääntyneet entuudestaan. (Sipilä & Österbacka 2013, 9.) Lähitulevaisuudessa tärkeään rooliin tulee nousemaan se, millaista perhepolitiikkaa Suomessa toteutetaan. Jos työ- ja talouspolitiikka tulee jatkuvasti ajamaan hyvinvointi- ja perhepolitiikan ohi, tulemme todennäköisesti näkemään monia siitä johtuvia seurauksia, joista yksi on lasten oireilu. (Lainiala 2010, 54.)

Havainto ehkäisevien toimien pettämisestä on mielenkiintoinen, sillä jo Suomen perustuslaissa todetaan seuraavasti: ”Julkisen vallan on myös tuettava perheen ja muiden lapsen huolenpidosta vastaavien mahdollisuuksia turvata lapsen hyvinvointi ja yksilöllinen kasvu.” (Suomen perustuslaki 731/1999.) Myös lastensuojelulaissa nostetaan julkisen vallan tehtävä esille lasten aseman vahvistamiseksi: ”Lasten ja perheiden kanssa toimivien viranomaisten on tuettava vanhempia ja huoltajia heidän kasvatustehtävässään ja pyrittävä tarjoamaan perheelle tarpeellista apua riittävän varhain sekä ohjattava lapsi ja perhe tarvittaessa lastensuojelun piiriin.” (Lastensuojelulaki 417/2007.) Suomessa on myös ratifioitu lasten oikeuksien julistus, joka takaa lapsille erilaisia oikeuksia, kuten oikeuden terveeseen ja normaaliin kehitykseen ihmisarvon mukaisissa oloissa sekä oikeuden sosiaaliseen turvaan. Lapsella tulee olla oikeus asianmukaiseen ravintoon, asumiseen, virkistykseen ja lääkintähuoltoon. (Lapsen oikeuksien julistus.)

Vaikka lasten oikeuksia onkin kirjattu monella eri tasolla, vaikuttaa kuitenkin siltä, että josain on menty pieleen, kun Suomessa ei olla onnistuttu saamaan huostaanottoja ja laitossijoituksia vähenemään. Vuosina 2006–2010 laitos- ja perhehoitoon kuluva rahan määrä nousi huomattavasti, jopa 43 prosenttia, kun taas muiden palveluiden, kuten avohuollon, käyttökustannukset vähentyivät 10 prosentilla (Sipilä & Österbacka 2013, 21). Tämä kehitys oli siis käytännössä päinvastaista, kuin mihin pyrittiin. Hämäläinen ja Kangas (2010) toteavat, että huostaanotettujen ja kodin ulkopuolelle sijoitettujen lasten määrä on lisääntynyt selvästi viimeisen kymmenen vuoden aikana. Tähän tilanteeseen on johtanut se, kun avohuollon käytävissä olevat toimenpiteet ovat kokeiltu, eivätkä ne ole tuottaneet tulosta. (Hämäläinen & Kangas 2010, 23.)

Lasten kasautuneet ja vaikeutuneet pahoinvointioireet eivät ole toki tulleet tutkijoille yllätyksenä, vaan niitä pidetään johdonmukaisena seurauksena lapsiperheiden lisääntyneestä kii-reestä ja heikentyneistä taloudellisista etuuksista (Kuivakangas 2002, 30). Lasten pahoinvoin-

nista puhuttaessa on otettava huomioon, että lapset ovat sidoksissa heidän vanhempiinsa. Monesti tämä tarkoittaa sitä, että lasten hyvinvointi tai pahoinvointi heijastaa heidän vanhempiensa hyvinvointia tai pahoinvointia. Tämä taas asettaa erityisvaatimuksia sille, millaisia tarjottavien palvelujen ja interventioiden pitäisi olla. (Sipilä & Österbacka 2013, 14.)

Suomessa perheiden ongelmien ennaltaehkäisyyn ja havaitsemisen kannalta avainroolissa ovat peruspalvelut. Peruspalvelut, kuten esimerkiksi terveydenhuolto, päivähoito, neuvolapalvelut ja koulu, voidaan nähdä olevan sosiaalisia investointeja. Näiden sosiaalisten investointien taroituksena on lisätä toimintakykyä ja siten tukea selviytymistä elämässä. Peruspalveluista käytetäänkin lastensuojelun kentällä termiä ehkäisevä lastensuojelu. (Sipilä & Österbacka 2013, 15.) Valitettavasti lapsiperheitä koskevaa peruspalvelua on ajan saatossa leikattu. Keskeisimpänä esimerkkinä tästä kehityksestä on kotipalvelun vähentäminen. Kotipalvelulla oli aiemmin mahdollista puuttua orastaviin ongelmiin perheissä ja vieläpä kohtuullisen halvalla. Myös äitiys- ja lastenneuvoloiden käyntimääriä on supistettu. (Sipilä & Österbacka 2013, 30.)

Varhaisen tuen merkitys korostuu myös sosiaalitoimessa. Sosiaalitoimen tulee tarjota perheille varhaisen tuen palveluita silloin, kun lapsen tilanne ei vielä edellytä varsinaista lastensuojelua. Tällöin puhutaan sosiaalitoimen varhaisesta tuesta, jolla pyritään vastaamaan erilaisiin tarpeisiin, kuten esimerkiksi vanhemman elämäntilanteeseen liittyvään haasteeseen, perheen arjessa selviytymisen tukeen, kasvatukselliseen neuvontaan sekä väliaikaisiin kriiseihin perheessä. (Lukman & Myllärniemi 2007, 22.)

Varhaisen puuttumisen ja tuen merkitys korostuu myös lasten ja nuorten mielenterveysongelmista puhuttaessa. Aikaisessa vaiheessa ongelmiin puuttumisella voitaisiin sekä parantaa lapsen tai nuoren elämänlaatua että mielenterveyshäiriön pitkäaikaisennustetta. Mielenterveysongelmiin ajoissa puuttuminen olisi tärkeää, sillä jopa 5-9 prosenttia lapsista kärsii mielen-terveys- tai käyttäytymishäiriöistä. Yleisimpiä häiriöitä ovat aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöt, käytöshäiriöt, masennus sekä ahdistuneisuus. (Autti-Rämö & Martikainen 2010, 216.)

Tutkimuksissa on myös todettu perheiden taloudellisen aseman vaikutus lasten kehitykseen. Matalan sosiaaliluokan lapsilla on todettu olevan enemmän ongelmia kehityksessä sekä mielenterveydessä. Perheiden taloudelliset ongelmat ovatkin riskitekijä lasten terveelle kehitykselle. Vaara lasten kehitykselle kasvaa entuudestaan, jos riskitekijöitä on useampia. Riskitekijöitä perheissä voivat olla esimerkiksi vanhempien työttömyys, mielenterveys- ja alkoholiongelmat sekä muut kriisit perheessä. Ei olekaan vaikeaa nähdä, että useat näistä riskitekijöistä kuuluvat monesti yhteen. (Punamäki & Solantaus 2008, 185.) Tästä syystä onkin hyvin haastava tilanne, että lapsiköyhyys on ollut nousussa Suomessa. Vaikka lapsiköyhyys onkin eurooppalaisessa vertailussa Suomessa vielä melko vähäistä, on pienituloisuus ollut nopeassa kasvussa.

Erityisessä riskiasemassa ovat yksinhuoltajaperheet sekä vähän koulutettujen ja työttömien vanhempien perheet. (Jäntti 2010, 73-74.)

Sipilän ja Österbackan (2013) mielestä Suomessa ei ole näköpiirissä muutosta nykyiseen kehitykseen. Peruspalveluihin tehtyjä leikkauksia ei olla missään vaiheessa kompensoitu täysin. (Sipilä & Österbacka 2013, 65). Tilastojen mukaan köyhyys on lisääntynyt Suomessa laman jälkeen. Syynä tähän nähdään olevan tuloerojen kasvu sekä laman aikana tehtyjen lapsiperheitä koskevien sosiaalisten tukien leikkaukset. (Punamäki & Solantaus 2008, 185.) Paljon onkin puhuttu siitä, että ongelmien kasvu on johtunut lamasta kärsineiden lasten sukupolvesta - sukupolvesta, joka tänä päivänä alkaa jo olla aikuisten kirjoissa. Yhteiskunnan kehitys on johtanut siihen, että aikuistuvilta nuorilta vaaditaan jatkuvasti enemmän, kuin mihin he kykenevät. Tähän on vaikuttanut työelämän koventuminen, mutta myös niiden perheiden lisääntynyt määrä, jotka eivät kykene tarjoamaan lapsilleen turvallista kasvuympäristöä. (Sipilä & Österbacka 2013, 65.)

Toivoa on kuitenkin olemassa. Jos tahtotila löytyy siihen, että halutaan ehkäistä lasten ja nuorten ongelmia, löytyy siihen keinojakin. Pääasiallisesti ulkomainen tutkimustieto osoittaa, että panostamalla monenlaisiin lapsiperheiden tukemisen muotoihin saa hyviä tuloksia, jotka myös säästävät julkisia kustannuksia. Kaikista tehokkaimmat keinot lasten ja nuorten tukemiseen liittyvät varhaiskasvatuksen ja koulunkäynnin tukemiseen. (Sipilä & Österbacka 2013, 65.) Keinoja on siis kyllä tarjolla, jos niihin vain ollaan valmiina tarttumaan ja panostamaan.

Peruspalvelujen ja muiden interventioiden vaikuttavuuden todentaminen ei ole mitenkään ongelmaton. Tämä johtuu useista eri seikoista, kuten siitä, että palvelujen ja interventioiden tutkiminen on hankalaa. Palvelut ja interventiot ovat tosielämässä monisäikeisiä kokonaisuuksia: niissä toimivat eri ihmiset, ne tapahtuvat eri tilanteissa ja ne voivat sisältää suurelkin kirjon erilaisia käytännön tehtäviä. Tulosten havaitsemista vaikeuttaa myös se, että yleensä palvelujen ja interventioiden vaikutus on kohtalaisen hidasta. Tulokset eivät näy heti, vaan ne voivat ilmetä vasta myöhemmin. (Sipilä & Österbacka 2013, 42.)

Lasten kognitiivisten ja ei-kognitiivisten kykyjen kehittyminen on yhteydessä heidän vanhempiensa ominaisuuksiin ja lasten saamaan kasvatukseen. Erot näissä kyvyissä näkyvät ja vahvistuvat jo hyvin varhain, jopa jo ennen kouluikää. Lasten kykyjen kehitykseen vaikuttaa myös heidän sosioekonominen asemansa. Lasten kognitiiviset ja ei-kognitiiviset kyvyt taas vaikuttavat hyvinkin vahvasti heidän tulevaan elämäänsä. Nämä kyvyt ennustavat lasten suoriutumista koulutuksessa, tulevaa palkkatasoa, terveyttä sekä ne vaikuttavat heidän muuhunkin sosiaaliseen ja taloudelliseen elämäänsä. Tästä syystä panostus varhaiskasvatukseen nähdään ympäri maailman järkevänä tapana tasata lasten mahdollisuuksia kehittyä täysimääräisesti (Sipilä & Österbacka 2013, 43-44.)

Suomessa kyllä käytetään alle kouluikäisten lasten hoitoon rahaa siinä missä muissakin Pohjoismaissa, eli kansainvälisessä vertailussa katsoen paljon. Erona Tanskaan ja Ruotsiin on kuitenkin se, että Suomessa panostus varhaiskasvatukseen on vähäisempää kuin monissa muissa maissa. Tämä on ongelmallista ottaen huomioon, että juuri varhaiskasvatuksen nähdään yleisesti tasoittavan perhetaustoista johtuvia resurssieroja, tarjoten siten tasa-arvoisemmat lähtökohdat kaikille. Varhaiskasvatus myös on erittäin merkityksellinen taitojen ja kykyjen kehittäjänä sekä inhimillisen pääoman kerryttäjänä. (Hämäläinen & Kangas 2010, 11.)

Järkevää olisi siis tarjota tukea siellä, missä ongelmat eivät ole vielä päässeet paisumaan liian suuriksi. Tehokas vaihe puuttua huonoon kehitykseen on pienlapsiperheissä. On tärkeää, että vanhemmat saavat paljon tukea silloin, kun heidän omat voimansa ovat vähissä. Perheiden tukemisessa on otettava huomioon, että perheitä tulisi käsitellä yhtenä kokonaisuutena, eikä vanhempia toisaalla ja lapsia toisaalla. Kotipalvelu olisi hyvä tukimuoto, koska se ei ole yhtä leimaava, kuin monet muut palvelut. Tästä syystä se on yleensä vanhempien helpompi ottaa vastaan. (Sipilä & Österbacka 2013, 66.)

Suomessa on alettava ottamaan erittäin vakavasti se, että kansainvälinen tutkimus osoittaa selkeästi varhaiskasvatuksen merkityksen lapsien kannalta, ja vieläpä erityisesti niiden lasten, joiden vanhemmilta puuttuu resursseja kasvatukseen. Myös koulun merkitys korostuu. Koulusta ei saisi ikinä muodostua epäonnistumiskierteen pesäkettä, vaan tällaiset kierteet tulisi katkaista. Koulussa on mahdollista tarjota lapsille ja nuorille monenlaista tukea. (Sipilä & Österbacka 2013, 66.)

3 Vanhemmuuden haasteet ja vanhemman jaksaminen

THL:n raportissa (2011) ”Miten lasten ja perheiden palvelut vastaavat tarpeita? Vanhempien näkökulma” tarkastellaan vanhempien näkemystä heidän elämänsä liittyvistä huolista. Suomalaiset vanhemmat ovat yleisesti melko tyytyväisiä omaan pärjäämiseensä vanhempina. Kuitenkin vanhemmilla riittää myös huolia. Huolia aiheuttavat sekä vanhempiin itseensä liittyvät että heidän lapsiinsa liittyvät seikat. Merkittävää on myös se, että äidit ovat selvästi isiä huolestuneempia. (Halme, Nykänen, Perälä & Salonen 2011, 73-74.)

3.1 Vanhemmuuteen liittyvät huolet

Vanhemmat ovat yleisesti huolissaan omasta jaksamisestaan. Uupumus sekä työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen haastavat vanhempien jaksamista. Tavanomaisia huolia ovat myös yhteisen ajan riittämättömyys lapsen kanssa, vanhemmuuden taitojen riittävyys sekä maltin menettäminen ristiriitatilanteissa. Perheiden tilanteissa huolia aiheuttavat parisuhdeongel-

mat, taloudelliset vaikeudet sekä työttömyys. Myös erilaiset, omat tai läheisen, riippuvuudet aiheuttavat huolia vanhemmille. (Halme ym. 2011, 38.)

Työelämän vaikutus on merkittävä perheiden kannalta. Suomessa on tyypillistä, että vaikka perhe määritetään yleensä keskeisimmäksi elämänalueeksi, käyttävät työssäkäyvät vanhemmat paljon aikaa töiden tekemiseen. Miesten käyttämä aika töiden tekemiseen jopa lisääntyy perheellistymisen jälkeen. (Kinnunen & Mauno 2002, 99-100.) Vanhempien ja lasten elämämpiirit ovat erkaantuneet kauemmas toisistaan, kun molemmat vanhemmat käyvät yhä useammin töissä. Monesti maailma, joka lapselle päivähoitossa ja koulussa avautuu, jää vanhemmille kovin tuntemattomaksi. Tämä kehitys vaikeuttaa vanhempien vastuun ottamista lapsensa kehityksestä. (Suoninen 2008, 142.)

Tutkimuksissa on todettu, että sekä miehet että naiset kokevat työelämän häiritsevän perhe-elämää ainakin silloin tällöin. Selityksenä tähän pidetään sitä, että yleensä hyvän työntekijän odotetaan pitävän kotiasiat kotona, mutta sen sijaan työasioita voi pohtia vapaa-ajalla. Työelämä vaikuttaa perhe-elämään muillakin tavoilla. Työhön kuluva aika on, melko itsestään selvästi, pois perheeltä. Ajankäyttöön liittyy haasteita, sillä nykyään monia töitä voi tehdä mistä käsin vain. Tämä luo mahdollisuuden sille, että työn tekemiseen kuluva ajan määrä voi kasvaa helposti. Tämä on ongelmallista, koska on osoitettu, että perheen kanssa vietetyn ajan määrää ei voi korvata laadulla. Oma poissaoloaan ei voi siis korvata satsaamalla kaikkensa niihin hetkiin, kun pääsee viettämään aikaa perheensä kanssa. Myös työn aiheuttama stressi ja uupumus seuraavat kotiin. Töistä uupuneet ja ahdistuneet vanhemmat eivät jaksakaan osoittaa lapsiinsa toivottavaa huomiota ja kiinnostusta. (Kinnunen & Mauno 2002, 103-106.)

Yleistä on, että vanhemmilla on huolia liittyen heidän taitoihinsa vanhempana (Halme ym. 2011, 38). Monet vanhemmat haluaisivat varmasti, ainakin alitajuisesti, olla täydellisiä vanhempia. Se ei kuitenkaan valitettavasti ole mahdollista. Tärkeintä olisi, että pystyisi riittävän hyvään vanhemmuuteen, eli kykenisi tarjoamaan lapselleen riittävästi turvallista läsnäoloa ja vanhemmuutta. Toisin sanoen näkisi lapsen, ottaisi hänet huomioon ja huolehtisi hänestä. (Kristeri 1999, 15.) Suomessa kulttuurillisesti yleisesti hyväksyttyjä kasvatuksellisia ihanteita ovat lapsilähtöisyys, rajojen asettaminen, kiintymyksen osoittaminen sekä opettaminen (Suoninen 2008, 143).

Tommy Hellsten (1999) väittää kirjassaan ”Vanhemmuus - vastuullista vallankäyttöä”, että on ollut havaittavissa selvä taipumus siihen, että vanhemmat huolehtivat lapsistaan fyysisesti, mutta tulevat henkisesti tasolla yhä kyvyttömämmiksi kasvatustehtävässään. Hellsten pitää lasten ja nuorten lisääntyneitä oireilua vanhemmuuden ja aikuisuuden puuttumisen syynä. (Hellsten 1999, 15.) Havainto on huolestuttava ottaen huomioon, että vanhemmat itse ovat

huolissaan omasta jaksamisestaan ja ajan riittämättömyydestä lapsilleen (Halme ym. 2011, 38).

3.2 Lapsiin liittyvät huolet

Vanhempien yleisimmät huolet koskien lapsiaan liittyvät lasten fyysiseen terveyteen, psykososiaaliseen kehitykseen, sosiaalisiin suhteisiin ja tunne-elämään. Huoli lapsen fyysisestä terveydestä liittyy lapsen motoriseen kehitykseen sekä paino-ongelmiin. Psykososiaalisella kehityksellä viitataan lapsen kykyyn säädellä käyttäytymistään sekä tunteitaan. Huoli lapsen sosiaalisista suhteista liittyy siihen, miten lapsi tulee toimeen muiden lasten kanssa sekä lapsen kaverisuhteiden puutteeseen tai vähyyteen. Tunne-elämä taas käsittää huolen esimerkiksi lapsen masentuneisuudesta, ahdistuneisuudesta ja huonosta itsetunnosta. (Halme ym. 2011, 37-38.)

Vanhempien huoli ei tule tyhjästä, sillä UNICEFin tekemä kansainvälinen tutkimus lasten hyvinvoinnista osoittaa, että vaikka Suomessa materiaallinen hyvinvointi onkin hyvällä tasolla, ei Suomessa pärjätä kaikilla tasoilla. Suomen tuloksia lasten hyvinvoinnin osalta heikentää pärjääminen perhe- ja ystävyys-suhteissa sekä subjektiivinen hyvinvointi. Perhesuhteissa Suomen tilannetta heikentää yksinhuoltajaperheissä elävien lasten osuus. Myös yhteisiin toimiin, kuten ruokailuun, käytetyn ajan vähyyks heikentää Suomen tuloksia perhesuhteiden osalta. Subjektiivista hyvinvointia taas heikentää se, että suomalaisista lapsista vain alle 10 prosenttia sanoo viihtyvänsä koulussa. Koulutulokset ovat kyllä hyvällä tasolla, mutta kouluviihtyvyys ei ole. Kaiken kaikkiaan Suomi pärjää kuitenkin hyvin lasten hyvinvointia koskevassa kansainvälisessä vertailussa. (Hämäläinen & Kangas 2010, 15-16.)

Lasten häiriöiden lisääntymisestä ei ole saatavilla kovinkaan paljon tutkimustietoa. Vuosina 1999 ja 2005 Lounais-Suomessa kuitenkin kerättiin aineisto lasten häiriöistä, johon vastasi lapsi, vanhempi sekä lapsen opettaja. Tämän aineiston perusteella ei voida sanoa lasten erilaisten häiriöiden, kuten masennusoireiden ja tarkkaavaisuuden häiriöiden, lisääntyneen. Opettajien arvion mukaan yli normaalitason oireilevien lasten määrä ei ollut kasvanut, eikä muutosta ollut tapahtunut myöskään kokonaisuoreissa. Muutosta huonompaan suuntaan oli kuitenkin menty tyttöjen arvioissa masennusoireiden osalta. Sekä tytöillä että pojilla psykosomaattiset oireet, kuten päänsärky ja vatsakivut, olivat myös lisääntyneet. (Marttunen & Santalahti 2014, 186-187.)

3.3 Vanhempien kokemuksia palveluista

Vanhempien kokemuksia palveluiden saatavuudesta ja laadusta on kartoitettu. Vanhempien mukaan suurimpaan osaan terveyspalveluita on helppo tai erittäin helppo päästä. Sen sijaan

vanhempien mielestä melko tai erittäin vaikeaa on päästä psykososiaalisen oppilashuollon palveluihin, sosiaalihuollon palveluihin sekä lasten psykiatriaan. (Halme ym. 2011, 48.) Vanhemmat pitävät myös aikuisten mielenterveys- ja psykiatriapalveluiden, pienten lasten puhe-terapian, sekä terveyskeskusten vastaanottopalveluiden saatavuutta vaikeana. Myös lasten-suojelun palveluiden, perhetyön sekä kotipalvelun saatavuuden koki noin viidennes näiden palveluiden käyttäjistä hankalaksi. (Halme, Kanste & Perälä 2014, 230-232.)

Vanhemmat arvioivat palvelujen laadun koskien äitiys- ja lastenneuvoloita, päivähoitoa, esi-opetusta, kouluterveydenhuoltoa sekä perusopetuksen palveluita hyväksi tai erinomaiseksi. Kritiikkiä tuli kuitenkin henkilökunnan määrästä ja pysyvyydestä. Myös huonoista kulkuyhteyksistä tuli huonoa palautetta. (Halme ym. 2011, 48.) Kritiikkiä tuli kuitenkin myös niistä palveluista, jotka yleisesti oli koettu hyviksi. Luonteeltaan universaaleissa palveluissa, kuten terveydenhuollossa, päivähoidossa, koulun palveluissa ja neuvolapalveluissa, saatu tuki ei täyttänyt vanhempien odotuksia noin kymmenesosassa tapauksista ja reilu viisi prosenttia vanhemmista oli jäänyt ilman tukea kokonaan, vaikka olisi sitä tarvinnut. Huonoiten tuki vastasi vanhempien odotuksia kasvatus- ja perheneuvoloissa, lastensuojelussa, opiskeluhoollossa sekä poliisilta. Jopa yli kolmannes vanhemmista oli kokenut, että näistä saatu tuki ei ollut täyttänyt heidän odotuksiaan tai he olivat jopa jääneet kokonaan tukea vaille. (Halme ym. 2014, 233.)

Huomion arvoista on myös se, että vanhempien sosioekonominen asema sekä voimavarojen riittävyys vaikuttaa siihen, kuinka saatavilla palvelut ovat vanhemmille, ja kuinka riittävän tuen vanhemmat niistä saavat. Erityisesti yksinhuoltajat ja toimeentulonsa kanssa tiukoilla olevat vanhemmat kokivat palvelujen olevan huominkin saatavilla. Samat vanhemmat tunsivat myös palveluista saamansa tuen olevan puutteellista. Sama ilmiö nousi esille myös vanhempien keskuudessa, jotka kokivat oman terveytensä keskinkertaiseksi tai huonoksi. Tiivistysti voidaan sanoa, että mitä useampia huolia perheessä on, sitä vaikeampaa on päästä palveluihin ja sitä riittämättömämpää palveluista saatu tuki on. (Halme ym. 2014, 234-236.)

4 Kasvatukselliset ohjauskeinot

Lapsen kasvattaminen koetaan haastavaksi, mutta samalla palkitsevaksi asiaksi. Erityisesti ylivilkkaiden lasten vanhemmilla vanhemmuuden haastavuus korostuu erityisesti. (Lajunen 2007, 2.) Vanhemmat kokevat kasvattajan roolissa yhä enemmän epävarmuutta ja epätietoisuutta ja julkisessa keskustelussa onkin puhuttu toisinaan siitä, että vanhemmuus on hukassa. Vanhemmat saattavat kokea vaikeaksi löytää toimivia ohjauskeinoja haastavissa tilanteissa, jolloin ammattilaisen apu voi auttaa vanhempia vahvistamaan heidän tietojään lasten kasvatamisesta ja lisätä vanhempien itsevarmuutta kasvattajina. Useimmiten ammattilaisen kanssa

pohditaan arkitilanteita lapsen kanssa ja erityisesti sitä, miten vanhemman kannattaisi toimia haastavissa tilanteissa. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2007, 94.)

Erilaisin kasvatuksellisin ohjauskeinoin ja kommunikaatiotaidoin vanhemman on mahdollista parantaa suhdettaan lapseensa sekä tehdä kasvattamisesta mielekkäämpää. Toimivat ohjauskeinot ovat tärkeitä sekä lapselle että hänen vanhemmilleen, kuin myös kaikille niille henkilöille, jotka osallistuvat lapsen kasvattamiseen. Ohjauskeinojen käyttäminen ei ole aivan yksinkertaista, vaan aikuisen tulee olla tarkkana, miten ja missä tilanteissa niitä käyttää, jotta ne vaikuttavat lapseen toivotulla tavalla. (Furman 2012, 9.)

Jokaisen lapsen on opittava hallitsemaan omaa käyttäytymistään, mutta varsinkaan pienet lapset eivät suoriudu tästä tehtävästä omin avuin, vaan aikuisen on oltava lapsen tukena käyttäytymisen hallinnassa ja ohjauksessa. Kasvaessaan lapsi oppii itse vähitellen hallitsemaan omaa käyttäytymistään. Toisille lapsille tämä tehtävä on haasteellisempi ja se vie tavallista enemmän aikaa. Esimerkiksi ylivilkkaiden lasten pitää usein tehdä enemmän töitä oman käytöksensä hallitsemiseksi, ja he tarvitsevatkin aikuisilta erityisen paljon apua ja tukea siihen. (Jansson ym. 2008, 5.)

Vanhempien, ja muiden lapsen elämässä olevien aikuisten, ohjaus ja tuki voivat vaikuttaa merkittävästi lapsen käytökseen. Erityisesti ylivilkkään lapsen käyttäytymisen ohjaus voi olla alussa hyvinkin haastavaa, mutta edistysaskeleita on kuitenkin todennäköisesti tiedossa, kunhan aikuinen jaksaa haasteista huolimatta tehdä töitä lapsen kanssa asian etenemiseksi. Tärkeää on, että vanhemmat huolehtivat myös omasta jaksamisestaan lapsen kanssa toimiessaan, sillä siten he jaksavat paremmin tukea ja ohjata lastaan. (Jansson ym. 2008, 6.)

Lapsen käyttäytymiseen on helpompi vaikuttaa, kun lapsi on vielä pieni. Lapsen kasvaessa myös haasteet kasvavat, joten mitä varhaisemmassa vaiheessa lapsen käytökseen puututaan, sitä todennäköisemmin pystytään ennaltaehkäisemään ongelmia, joita lapsella on vaarana kasvaessaan kohdata. (Jansson ym. 2008, 6.)

4.1 Johdonmukaisuus

Lapsen kanssa toimiessa aikuisen on erityisen tärkeää osoittaa lapselle, että aikuinen hallitsee tilannetta, ei lapsi. Aikuinen on se henkilö, joka määrittää lapselle rajat ja säännöt. Aikuisen tulee myös pitää näistä rajoista ja säännöistä kiinni eli olla johdonmukainen toimiessaan lapsen kanssa. Tämä luo lapselle turvallisuuden tunteen. Vaikka lapsi saattaa kokea usein haastavaksi noudattaa sääntöjä, ne ovat erityisen tärkeitä hänen kannaltaan. Tärkeää on, että lapselle tulee tunne siitä, että aikuinen selviytyy tilanteista hänen kanssaan, siitähän huolimatta, että lapsen käytös olisi haastavaa. (Jansson ym. 2008, 25.)

Johdonmukaisuuden tulisi olla aikuisen toiminnan lähtökohtana lapsen kanssa toimiessa. Johdonmukainen toiminta tukee merkittävästi niitä keinoja, joilla aikuisen on mahdollista tukea ja auttaa lasta selviytymään oman käytöksensä hallinnan haasteista. Jotta lapsen ohjaus olisi mahdollisimman tehokasta, on erittäin tärkeää, että jokainen lapsen kanssa toimiva aikuinen toimii johdonmukaisesti samalla tavoin lapsen kanssa. (Jansson ym. 2008, 7.)

4.2 Vuorovaikutus lapsen kanssa

Vuorovaikutus lapsen kanssa on tärkeää, kun aikuisen tavoitteena on saada lapsi kuuntelemaan tai tottelemaan. Äänen korottaminen, seuraamuksilla uhkailu ja lahjuksien tarjoaminen ovat keinoja, joihin moni aikuinen turvautuu lapsen huonoon käytökseen turhautuessaan. Ne eivät kuitenkaan ole pidemmän päälle tehokkaita, saati miellyttäviä keinoja. Aikuisen on mahdollista saada parempia tuloksia, kun panostaa vuorovaikutukseen lapsen kanssa. (Furman 2012, 40-42.)

Tilanteessa, jossa aikuinen haluaa vaikuttaa lapsen käytökseen, on aikuisen tärkeää ensimmäisenä varmistaa, että lapsi kuuntelee häntä. Parhaiten tässä asiassa auttaa lapsen etunimellä puhuttelu, lapsen tasolle asettuminen ja katsekontaktin ottaminen. Aikuinen voi lisäksi pyytää lasta kuuntelemaan häntä. Tämän jälkeen aikuisen on hyvä sanoa lapselle selvästi, miten hän haluaa lapsen toimivan. Pelkkä kielto ei riitä, vaan aikuisen tulee myös kertoa mahdollisimman selkeästi lapselle, miten toivoisi tämän toimivan huonon käytöksen sijaan. (Furman 2012, 44-48.)

Lapsen on mahdollista ymmärtää paremmin aikuisen pyyntöä, kun aikuinen perustelee sen lapselle. Silloin lapsi voi käyttäytyä pyynnön mukaisesti omasta tahdostaan eikä ainoastaan siksi, että aikuinen sanoi niin. Lisäksi aikuisen on hyvä perustella pyyntöä lapselle siltä kantilta, mitä positiivista siitä seuraa, sen sijaan, että mitä negatiivista pyynnön noudattamatta jättämisestä seuraisi. Aikuinen voi myös lapsen kanssa keskustellen tukea lasta hoksaamaan itse, mitä hyviä puolia sillä on, jos hän noudattaa aikuisen pyyntöä. Tämä nimittäin motivoi lasta enemmän toimimaan pyynnön mukaisesti. Tämän jälkeen aikuisen on hyvä vielä kannustaa lasta toimimaan, kuten lapselta pyysi. Tämän jälkeen aikuinen voi ikään kuin ”lyödä kättä päälle” lapsen kanssa asian suhteen ja pyytää tätä lupaamaan, että tekee, kuten aikuinen pyysi. Lapsen kanssa voi myös neuvotella ja tehdä sopimuksen siitä, miten aikuinen voi auttaa lasta, jos hän tarvitsee apua pyynnön noudattamisessa. Lapselta itseltään voi kysyä, mitä hän ehdottaa. Lapselta saattaa myös unohtua, mitä häneltä pyydettiin ja silloin aikuisen tulee muistuttaa lasta siitä, mitä yhdessä sovittiin. (Furman 2012, 50-55.)

Tilanteessa, jossa aikuinen haluaa lapsen käyttäytyvän toivomallaan tavalla, on aikuisen kiinnitettävä erityistä huomiota siihen, miten hän esittää toimintaohjeen lapselle. Lapsen voi olla vaikeaa ottaa vastaan useita ja epäselviä ohjeita, saati muistaa niitä, minkä vuoksi aikuisen onkin hyvä antaa lapselle yksi selkeä toimintaohje kerrallaan. Lisäksi aikuisen on hyvä kiinnittää huomiota siihen, ettei esitä käskyjä kysymysten tai ehdotusten muodossa. Jos aikuinen esittää lapselle kysymyksen, lapsi voi olettaa, että hänellä on päätösvaltaa asian suhteen. Mikäli tilanne on se, että aikuinen haluaa lapsen pukevan takin päällensä, on aikuisen parempi sanoa lapselle ”Pue takki päällesi” sen sijaan, että kysyisi ”Pukisitko takin päällesi?” tai ehdottaisi ”Puettaisiinko takki päällesi?”. Selkeä käsky ei jätä lapselle muita vaihtoehtoja kuin toimia ohjeen mukaisesti eikä anna ymmärtää, että aikuinen pukee takin lapselle päälle. Lapselle ei ole hyvä antaa valinnanmahdollisuutta, jos tarkoituksena ei ole antaa lapsen valita. Lapsen on helpompi toimia selkeän ohjeen mukaisesti, sillä silloin lapsi ymmärtää helpommin, mitä häneltä odotetaan. (Jansson ym. 2008, 41.)

Vuorovaikutuksessa lapsen kanssa merkitystä on myös sillä, millainen aikuisen kehonkieli on. Lapsi nimittäin uskoo sanaton viestiä tilanteessa, jossa sanaton ja sanallinen viesti ovat ristiriidassa toistensa kanssa. Aikuisen tulee kiinnittää erityistä huomiota käyttäytymiseensä, kasvojen ilmeisiinsä ja äänensävyynsä. Jo hymyilemällä tai rypistämällä otsaansa aikuinen voi viestittää lapselle paljon. Tämän lisäksi aikuisen kannattaa kertoa lapselle, miltä hänestä tuntuu. Tunneimaisella on vuorovaikutuksessa tehokas vaikutus. Lapsen on helpompi ymmärtää käyttöksensä vaikutusta muihin ihmisiin, kun aikuinen kertoo lapselle esimerkiksi, mitkä tämän teot ilahduttavat häntä ja mitkä saavat hänet vihaiseksi. Samalla aikuinen voi auttaa lasta ottamaan huomioon muiden ihmisten tunteita. (Jansson ym. 2008, 37-38.)

4.3 Myönteisen käyttäytymisen vahvistaminen

Lapsen käyttäytymisen kannalta merkittävää on myös se, millä äänensävyllä lasta ohjataan ja käsketään. Mikäli käsky muuttuu moitteeksi, sen teho laskee. Myönteiseen sävyyn, mutta samalla päättäväisesti esitetyt käskyt ja määräykset ovat tehokkaampia verrattuna kieltoihin ja moitteisiin. Lapsen toimiessa aikuisen tahtomalla tavalla aikuisen tulisi muistaa kehua lasta ja kertoa, miksi on tyytyväinen lapsen käytökseen. Tällä tavoin toimimalla aikuinen voi vahvistaa lapsen myönteistä käyttäytymistä. (Jansson ym. 2008, 42.) Positiivinen palaute on nimittäin tehokkain tapa, jolla aikuinen voi vaikuttaa lapsen käyttäytymiseen. Se on keino, jolla aikuinen voi vahvistaa ja edistää sitä käyttäytymistä, jota lapselta toivoo. Lisäksi kehuminen ja kannustaminen vahvistavat lapsen itsetuntoa. (Furman 2012, 14.)

Positiivisen palautteen teho piilee siinä, että jokainen lapsi haluaa myönteistä huomiota ja huomiota ylipäättään. Mikäli lapsi ei saa huomiota hyvällä, niin lapsi saattaa hakea sitä jollain muulla keinolla, kuten huonolla käytöksellä. Huonollakin käytöksellä lapsen on mahdollista

saada aikuisen huomio, joskin kielteinen sellainen. Aikuisen olisikin parempi kiinnittää enemmän huomiota lapsen hyvään kuin huonoon käytökseen. Huomioimalla, eli siten samalla ikään kuin palkitsemalla, lapsen hyvän käytöksen aikuinen voi vahvistaa lapsen hyvää ja toivottua käyttäytymistä. Myönteistä huomiota voi lapselle olla esimerkiksi aikuisen hymy, kehu tai laus. (Jansson ym. 2008, 23-24.)

Mikäli aikuinen antaa lapselle huomiota vain silloin, kun tämä käyttäytyy huonosti, aikuinen vahvistaa samalla huonoa ja ei-toivottua käyttäytymistä, jolloin se todennäköisesti myös toistuu. Aikuisen olisikin siis hyvä pyrkiä olemaan huomioimatta huono käytös ja huomioitava sen sijaan se, kun lapsi käyttäytyy hyvin. Aikuisen on tehokkainta antaa lapselle huomiota silloin, kun lapsi ei osaa sitä odottaa eli tilanteista, joissa lapsi käyttäytyy hyvin, eikä päinvastoin. Lasta voi kehua pienimmästäkin hyvästä käytöksestä, sillä se on keino, jolla lapsen toivottua käytöstä voidaan tehokkaimmin vahvistaa. (Jansson ym. 2008, 23-24.)

Kehuminen ja kannustaminen toimivat hyvin lapsen käyttäytymisen ohjaamisessa, mutta myös vahvistavat lapsen itseluottamusta. Lapset poikkeavat toisistaan sen suhteen, miten he ottavat kehun vastaan. Jotkut lapset ilahtuvat kaikista kehuista, kun taas toiset ovat tarkempia sen suhteen, millä tavalla aikuinen kehuu. Positiivisen palautteen teho laskee, jos aikuinen kehuu lasta liian usein ja samalla tavalla. Lapselle voi tulla siitä epäaito vaikutelma. Tähän ratkaisuna aikuinen voi opetella kehumaan lasta eri tavoin. Suoran kehun lisäksi tärkeää ovat myös esimerkiksi lapsen kiittäminen, sanaton kehuminen ja yrittämisestä kehuminen. (Furman 2012, 14-15.)

Kiittämällä lasta hyvästä teosta tai käytöksestä aikuinen antaa lapselle samalla hyvän mallin, ja lapsi voi oppia kiittämään myös itse muita. Sanaton kehu voi puolestaan olla esimerkiksi peukun näyttäminen lapselle tai lapsen hiusten pörröttäminen. Yrittämisestäkin on tärkeää kehua, vaikka lapsi ei käyttäytynyt aikuisen pyynnön mukaisesti, mutta yritti kuitenkin tehdä parhaansa. Yrittämisestä kehuminen saattaa vähitellen auttaa lasta toimimaan aikuisen toivomalla tavalla. (Furman 2012, 16-25.)

Vanhemmalle hyvä tilaisuus vahvistaa vuorovaikutusta lapsensa kanssa sekä antaa lapselle myönteistä huomiota on leikkiä lapsen kanssa. Leikin lomassa vanhempi voi tukea lasta ratkaisemaan ongelmatilanteita ja kehittämään mielikuvitustaan. Lisäksi vanhemman on mahdollista luoda leikkitalanteesta mukava yhteinen kokemus. Vanhemman onkin tärkeää varata aikaa yhteiseen tekemiseen lapsen kanssa, jolloin vanhempi voi auttaa lasta oppimaan uusia taitoja, vahvistaa lapsen itseluottamusta ja pitää hauskaa lapsen kanssa. (Jansson ym. 2008, 29.)

5 Lapsen ylivilkkaus

Tutkimamme perhekoulu-interventio on alun perin kehitetty tukemaan vanhempia, joilla on ylivilkkaita leikki-ikäisiä lapsia. Lapsen ylivilkkauden ja haastavuuden vuoksi vanhemman ja lapsen välinen suhde voi usein olla kovalla koetuksella. (Jansson, Lauhaluoma, Rinne, Sandberg & Santanen 2008, 5.)

Ylivilkkaudeksi kutsutaan lapsen käyttäytymistä, johon liittyy tarkkaavuuden ongelmia, motorista levottomuutta ja impulsiivisuutta. Tarkkaamattomuuteen liittyy se, että lapsi epäonnistuu usein yksityiskohtien huomioimisessa eikä kykene keskittymään peleihin eikä leikkeihin. Lapsella on myös vaikeuksia saattaa tehtäviään loppuun saakka ja niiden organisoiminen on haastavaa. Lapsella voi ilmetä unohtelua ja voimakasta reagointia ulkopuolisiin ärsykkeisiin. Lapsi saattaa myös kadottaa usein tavaroitaan eikä näytä kuuntelevan, kun hänelle puhutaan. (Aronen 2000.)

Ylivilkkaan lapsen motorinen levottomuus ilmenee puolestaan yliaktiivisuutena. Lapsi saattaa heilutella hermostuneesti käsiään ja jalkojaan eikä malta pysyä paikallaan. Lapsella voi olla myös suuria vaikeuksia leikkiä rauhallisesti. Lisäksi yliaktiivinen lapsi voi kiipeillä ja juosta sekä puhua jatkuvasti. Myös impulsiivisuuteen liittyy jatkuva puhuminen. Impulsiivisuudesta kertoo myös se, että lapsi vastaa ennen kuin hänelle on ehditty esittää kysymys kokonaan. Impulsiivisella lapsella on vaikeuksia oman vuoronsa odottamisessa ja hän saattaa olla tunkeileva ja keskeyttää toiset usein. (Aronen 2000.)

Ylivilkkaus on lapsilla yleistä ja sitä esiintyy eriasteisena. Usein onkin vaikea määritellä, onko lapsen vilkkaus normaalia vai ylivilkasta käytöstä. (Aronen 2000.) Joillakin lapsilla ylivilkkaus on sen verran lievää, etteivät he juuri eroa käytökseltään muista lapsista eikä ylivilkkaus aiheuta suuria haasteita heidän elämäänsä. Toisilla lapsilla ylivilkkaus on puolestaan niin vaikea häiriö, että se aiheuttaa haittaa heidän kaikille elämänalueilleen. Osalla lapsista ylivilkkaus saattaa lieventyä heidän kasvaessaan, mutta toisille se on pitkäkestoinen ongelma. Pahimmillaan ylivilkkaus aiheuttaa lapselle haasteita vielä nuoruudessa ja aikuisuudessa. Tämän vuoksi aikuisten apu ja tuki ovat erittäin merkittävässä roolissa ylivilkkaisten lasten kohdalla, jotta he selviävät ylivilkkauden aiheuttamista haasteista silloin, kun eivät kykene niistä vielä itse selviytymään. (Jansson ym. 2008, 10-11.)

Ylivilkkaisten ja yleisesti levottomien lasten määrä on ollut 1990-luvun alusta saakka suuri sekä päivähoitossa että kouluissa. Levottomuus ja ylivilkkaus ilmenevät siten, että lasten sisäisten impulssien kontrolli on heikkoa. Keskittymiskyvyn ja tarkkaavaisuuden häiriöiden lisäksi lapsi voi olla hyvin yliaktiivinen, häiriköidä muita ja olla väkivaltainen. Sisäisestä levottomuu-

desta voi kertoa myös lapsen syrjään vetäytyminen, nukahtamisvaikeudet, itsesyytökset ja mielialan lasku. (Tahkokallio 2003, 99.)

Ylivilkkauden vuoksi lapsi kohtaa erityisiä haasteita viimeistään kouluiässä. Haasteita aiheuttavat ylivilkkaalle lapselle tyypilliset tarkkaavuusongelmat, levottomuus ja impulsiivisuus. Ylivilkkaan lapsen on vaikeampi keskittyä oppitunneilla kuin muiden lasten, minkä vuoksi koulussa vaadittava paikallaan pysyminen ja tehtävien teko voivat olla lapselle hyvinkin haasteellisia asioita. Tämä vaikeuttaa useimmiten koulunkäyntiä heti sen alusta saakka ja voi aiheuttaa suuria oppimisvaikeuksia. (Aronen 2000.)

Impulsiivisuutensa vuoksi ylivilkas lapsi voi joutua lisäksi helpommin kiistatilanteisiin toisten lasten kanssa (Aronen 2000). Ylivilkas lapsi toimii usein ennen kuin ajattelee eikä tunnu ajattelevan ollenkaan tekojensa seurauksia. Ylivilkas lapsi ei kykene hillitsemään itseään muiden lasten tavoin, minkä vuoksi hän saattaa toistaa jatkuvasti tekoja, joiden hän kyllä tietää olevan kiellettyjä. Ylivilkas lapsi voi vaikuttaa helposti siltä, ettei opi ikinä virheistään, vaan joutuu jatkuvasti hankaluuksiin. (Jansson ym. 2008, 11-12.) Ylivilkkaalla lapsella hankaluuksia voi syntyä toistuvasti sekä aikuisten että kavereiden kanssa.

Koulunkäynnin haastavuus ja sosiaaliset ongelmat voivat aiheuttaa lapselle käytöshäiriöitä ja itsetunnon ongelmia. Seurantatutkimuksissa on havaittu, että ylivilkkaiksi diagnosoiduilla lapsilla on myös suurentunut riski käytöshäiriöihin, masennukseen ja huumeiden käyttöön nuoruus- ja aikuisiässä. (Aronen 2000.) Näiden seikkojen vuoksi olisikin erittäin tärkeää, että perhe saisi apua ja tukea riittävän aikaisessa vaiheessa ylivilkkaan lapsen kanssa toimimiseen ja tämän kasvun ja kehityksen tukemiseen.

Lapsen haastavan käytöksen vuoksi tutkimuksiin ja selvityksiin kannattaa hakeutua, sillä tieto biologisesta häiriöstä useimmiten vapauttaa vanhemmat syyllisyyden tunteesta, jota he saattavat lapsen käytöksestä potea. Usein vanhemmat nimittäin epäilevät lapsen ylivilkkauden ja haastavan käytöksen johtuvan siitä, että vanhemmuudessa ja kasvatuksessa on jokin mennyt pieleen, vaikka tosiasiaa kyse ei olekaan välttämättä ollenkaan siitä. Kun vanhempien ei tarvitse enää tuntea turhaa syyllisyyttä lapsensa käytöksestä, he jaksavat paremmin auttaa ja kuntouttaa lastaan. Lapsen kuntoutuksessa hyvällä vuorovaikutuksella on erityinen rooli ja se edellyttää sitä, ettei auttaja pöde ahdistusta. Ahdistus nimittäin siirtyy helposti autettavaan eikä kuntoutus tällöin toteudu tavoitellulla tavalla. (Tahkokallio 2003, 104-106.)

Lapsen ylivilkkauden hoito ja kuntoutus laaditaan aina jokaiselle lapselle yksilöllisesti ottaen huomioon lapsen ja perheen tarpeet sekä voimavarat. Lapsen ylivilkkauden hoitona toimivat erilaiset psykososiaaliset interventiot ja mahdollisesti myös lääkitys. Psykososiaalisia interventioita ovat muun muassa neuvonta, kodin ja koulun tukitoimet sekä terapia. Psykososiaali-

sia tukitoimia koulussa voivat olla esimerkiksi pienempään ryhmään sijoittaminen, erityisopetus ja luokka-avustaja. Kodin tukitoimena on puolestaan vanhempien ohjaus lapsen kanssa toimimisessa. (Aronen 2000.) Esimerkiksi perhekoulu toimii nimenomaan tämältyyppisenä tukimuotona ylivilkkaiden lasten vanhemmille. Lapsen kanssa toimivaa aikuista ohjataan käyttämään selkeitä kasvatukseenetelmiä, joiden avulla toivottua käyttäytymistä pyritään lisäämään palkitseamalla, ja levotonta sekä epätoivottua käytöstä pyritään puolestaan rajoittamaan siten, ettei siihen kiinnitetä palkitsevaa huomiota.

Lapsen hoitosuunnitelmaan voi kaiken kaikkiaan sisältyä monia erilaisia interventioita. Kun ylivilkkään lapsen hoito ja kuntoutus ovat toimivia, voidaan siten mahdollisesti ehkäistä psyykkisiä ja sosiaalisia ongelmia lapsen tulevaisuudessa. (Aronen 2000.)

6 Vertaistuen merkitys vanhemmille

Vertaistuella tarkoitetaan sosiaalista tukea vertaiselta, kuten esimerkiksi toiselta vanhemmalta, jolla on samankaltainen elämäntilanne tai samanlaisia kokemuksia. Sosiaalisella tuella tarkoitetaan muun muassa emotionaalista ja tiedollista tukea sekä käytännön apua toiselta ihmiseltä. Vertaistuella on tutkimuksissa todettu olevan selvää hyötyä monille perheille. (Lastenneuvolaopas 2004.) Vertaistukea voi saada esimerkiksi kahdenkeskisistä tilanteista, vertaistukiryhmistä ja verkosta. Vertaistukiryhmät voivat olla vertaisen, koulutetun vapaaehtoisen tai ammattilaisen ohjaamia. (Holm, Huuskonen, Jyrkämä, Karnell, Laimio, Lehtinen, Myllymaa & Vahtivaara 2010, 7.) Vertaistuki nähdään yhteiskunnallisesti merkittävänä tukimuotona liittyen erityisesti avun tarpeeseen vaikeiden elämäntilanteiden kohdalla. Vertaistuki voi ennaltaehkäistä suurempien ongelmien syntyä. Vertaistuessa on usein kyse siitä, että ammattilaisten ja vertaisten apu kulkevat toistensa rinnalla, ja vertaistuki toimii monesti sosiaali- ja terveyspalveluiden osana tai niitä täydentävänä tukimuotona. (Holm ym. 2010, 11.)

Korja (2012) on tutkinut alle kouluikäisten vanhempien kokemuksia ohjatusta vertaistukiryhmästä. Tutkimuksen mukaan vanhemmat kokivat ohjatun vertaistukiryhmän toiminnan voimaannuttavana ja vertaistukea pidettiin erittäin merkittävänä asiana. Vanhempien voimaantumiseen vaikuttivat ryhmästä saatu tieto ja käytännön neuvot, jotka helpottivat vanhempien toimimista lasten kanssa ja auttoivat ymmärtämään paremmin lapsen haasteita ja vahvuuksia. Voimaannuttavana koettiin myös uudet näkökulmat, joita vertaisryhmä tarjosi perheiden arkeen ja sen haasteisiin. Perheen ulkopuolinen näkökulma auttoi vanhempia näkemään myös positiivisia asioita perheen arjessa ja omassa lapsessaan. Vertaistuen merkitys korostui ryhmän toiminnassa ja vanhemmat kokivat hyödyllisenä kokemusten jakamisen avoimesti toisten perheiden kanssa. Vertaistukiryhmässä vanhemmat kokivat myös tulleen kuulluksi, mikä lisäsi vanhempien kokemaa itseluottamusta. (Korja 2012, 34-36.) Korjan (2012) tutkimus osoitti lisäksi, että ohjattu vertaistukiryhmä vaikutti vanhempiin siten, että sen toiminnasta

seurasi muutoksia vanhempien ajattelutapaan, vanhempana toimimiseen ja lapsen käyttäytymiseen. Lisäksi vanhempien kokema syyllisyyden tunne väheni vertaistukiryhmään osallistumisen myötä. (Korja 2012, 39.)

Vertaistuen merkitystä vanhemmuuden tukemisessa on tutkinut myös Kinnunen (2006), jonka tutkimuksen mukaan vertaistuki antoi vanhemmille mahdollisuuden löytää ymmärtäjän ja vertaisen. Vertaistuki tarjosi vanhemmille kuuntelijan kokemusten ja ajatusten jakamiseen, ja se auttoi vanhempia ymmärtämään paremmin myös itseään. Vertaistoiminnan kautta vanhemmat pystyivät löytämään vertaisia, joiden he kokivat välittävän heidän kokemuksistaan aidosti. Vanhempien mukaan vertaiset eivät reagoi vanhemman avun tarpeeseen ja epätoivoon ihmetellen tai vähätellen, vaan jaetut kokemukset kuullaan ja niihin reagoidaan ymmärtäen niiden koosta riippumatta. (Kinnunen 2006, 61-62.)

Kinnusen (2006) tutkimuksen mukaan vertaistuki auttoi vanhempia myös käsittelemään syyllisyyden ja riittämättömyyden tunteitaan sekä vahvisti vanhemmuutta. Vertaistuki auttoi vanhempia luottamaan omiin kykyihin vanhempana ja siten vahvisti heidän käsitystään siitä, että he pärjäävät ja selviytyvät lapsen kanssa arjessa kohtaamistaan haasteista ja ongelmista. Vertaistuki myös lisäsi vanhempien uskoa lastensa kykyihin ja selviytymiseen. (Kinnunen 2006, 67, 72-73.) Tutkimuksessa ilmeni myös, että vertaistuki auttoi vanhempia kokemaan hyväksyntää ja anteeksiantoa omien kokemustensa suhteen, siinä tapauksessa, jos he olivat kokeneet itse turvattoman lapsuuden. Vanhemmat toivat ilmi, että he pyrkivät rakentamaan lapsilleen paremman ja turvallisemman lapsuuden verrattuna omaan lapsuuteensa. Vertaisryhmissä vanhemmat kokivat voivansa käsitellä kipeitä muistoja omasta lapsuudestaan esimerkiksi huumorin avulla. Samankaltaisista oloista lähtöisin olevat vanhemmat pystyivät vertaisryhmässä ymmärtämään toistensa tarpeita oman vanhemmuutensa pohtimiseen. (Kinnunen 2006, 74-75.)

7 Keravan perhekoulu

Keravan perhekoulun toiminta perustuu lastenpsykiatrien Joanne Bartonin ja Seija Sandbergin kehittämään Perhekoulu -kuntoutusmenetelmään (Pre-school Overactivity Programme), joka luotiin tukemaan ja ohjaamaan ylivilkkaiden leikki-ikäisten lasten vanhempia. Vaikka perhekoulun menetelmät ovatkin kehitetty alle kouluikäisiä lapsia varten, voidaan niitä kuitenkin käyttää muokattuina kaiken ikäisten lasten kanssa toimiessa. Perhekoulun menetelmien tarkoitus on se, että ne tukevat vanhempia lapsen kasvatuksessa ja auttavat lapsia hallitsemaan omaa käyttäytymistään paremmin, edistäen siten myönteisen vuorovaikutuksen syntymistä vanhemman ja lapsen välille. (Jansson, Lauhaluoma, Rinne, Sandberg & Santanen 2008, 5.)

Keravan perhekoulu on ryhmämuotoinen kuntoutus- ja vertaistukiohjelma, jonka järjestää pääasiassa Keravan perheneuvola. Perheet ohjautuvat Keravan perhekouluun esimerkiksi varhaiskasvatuksen ja neuvolan kautta sekä vanhemmat voivat myös itse hakeutua perhekouluun. Perhekoulu on ennaltaehkäisevää toimintaa eikä siihen osallistuminen edellytä esimerkiksi lastensuojelun asiakkuutta tai lapsen diagnoosia. Keravan perhekoulun kesto on kymmenen toimintakertaa, ja jokainen toimintakerta kestää noin kolme tuntia. Keravan perhekoulu on tarkoitettu perheille, joissa vanhemmat kokevat lapsensa ylivilkkaiksi tai haastaviksi. Keravan perhekouluun voivat osallistua 4-6-vuotiaat lapset vanhempineen. (Keravan perhekouluesite 2015.)

Perhekoulussa on ryhmät sekä vanhemmille että lapsille ja ne toimivat samaan aikaan erillisissä tiloissa. Vanhempainryhmässä käydään keskustellen läpi perhekoulun teemoja. Perhekoulun teemoja ovat ylivilkkaus, lapsen käyttäytymisen ymmärtäminen, vuorovaikutus lapsen kanssa, myönteisen käyttäytymisen vahvistaminen, palkintojen käyttö, rajojen asettaminen, tilanteen katkaisu, kodin ulkopuoliset tilanteet sekä tulevaisuus. (Jansson ym. 2008.) Vanhempainryhmässä toimii 2-3 ohjaajaa, jotka ohjaavat keskustelua ja tarvittaessa rajaavat sitä. Vanhempainryhmän ohjaajat eivät luennoi vanhemmille perhekoulun teemoista, eivätkä suoraan kerro, miten heidän tulisi lastensa kanssa toimia, vaan he toimivat keskustelun avajina ja tukevat vanhempia itse pohtimaan vanhemmuuteen liittyviä asioita muiden vanhempien kanssa. Vanhempainryhmän toiminnassa korostuu eritoten vertaistuen merkitys.

Vanhempien ollessa omassa ryhmässään, lapset harjoittelevat muun muassa sosiaalisia taitoja ja keskittymistä lasten ryhmässä. Lasten ryhmässä toimiminen perustuu myönteiseen vuorovaikutukseen ja kannustavaan ilmapiiriin. Hyvin strukturoidussa ryhmässä erilaisia taitoja harjoitellaan pelaten ja leikkien. (Keravan perhekouluesite 2015.) Lasten ryhmässä on henkilökohtaiset ohjaajat jokaiselle lapselle ja tarkoituksena on, että kaikki ohjaajat toimivat kaikkien lasten kanssa perhekoulun aikana. Näin toimitaan, jotta lapsille syntyisi kokemus siitä, että samat säännöt pätevät kaikkien aikuisten kanssa toimiessa.

Keravan perhekoulun tavoitteena on löytää toimivia keinoja lapsen ohjaamiseen sekä vahvistaa myönteistä vuorovaikutusta vanhemman ja lapsen välillä. Perhekoulun tavoitteena on myös tukea vanhemmuutta sekä vahvistaa vanhempien itseluottamusta riittävän hyvinä vanhempina. Tavoitteena on myös tukea lapsen itseluottamusta, toiminnanohjausta ja sosiaalisia taitoja. (Keravan perhekouluesite 2015.) Perhekoulu pyrkii tarjoamaan vanhemmille työkaluja näiden tavoitteiden saavuttamiseksi.

8 Vaikuttavuustutkimuksia perheinterventioista ja perhekouluista

Erilaisten perheinterventioiden vaikuttavuutta on tutkittu Suomessa vähän. Meillä on kuitenkin saatavilla kansainvälistä tutkimustietoa siitä, miten perheinterventiot ovat toimineet. Haverinen, Koivisto, Malmivaara, Ristikartano sekä Westman (2005) ovat tehneet laajan kirjallisuuskatsauksen juurikin tästä aiheesta. Katsauksen tulokset ovat monista tutkimuksellisista syistä vaikeasti vertailtavissa, mutta havaittavissa kuitenkin oli, että lasten ja nuorten käytöshäiriöiden hoidossa perheinterventiot toimivat. Perheinterventiot tarjosivat myös hyvän tuen vähävaraisten perheiden ongelmien vähentämiseksi. Katsauksen mukaan kevyehköillä perheinterventioilla pystyttiin saavuttamaan hyviä tuloksia riskitilanteissa olevien perheiden auttamisessa. Kevyiden perheinterventioiden tärkein anti liittyy katsauksen mukaan ongelmien ennaltaehkäisemiseen. Pitkäaikaisiin ja syviin ongelmiin ei yksittäisillä kevyillä perheinterventioilla pystytty vaikuttamaan. (Haverinen, Koivisto, Malmivaara, Ristikartano & Westman 2005, 47-49.)

Suomessa on tutkittu myös jonkin verran perhekoulujen vaikuttavuutta. Jyväskylässä Katajisto ja Tuominen (2006) tutkivat perhekoulun vaikutusta ylivilkkaiden lasten vanhempien kokemuksiin vanhemmuudestaan. Ylivilkkaiden lasten vanhempien kokemuksia oli tutkimuksessa verrattu verrokkiryhmänä toimineen samanikäisten lasten vanhempien ryhmään. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että ylivilkkaiden lasten vanhemmat kokivat oman vanhemmuutensa selvästi kuormittavampana verrattuna muiden samanikäisten lasten vanhempien kokemuksiin. Ylivilkkaiden lasten vanhemmille tyypillisempää oli myös määräilevien ohjauskeinojen käyttäminen toimiessaan lastensa kanssa. Myös ylivilkkaiden lasten vanhempien kokemukset omista lapsistaan erosivat verrokkiryhmän vanhempien kokemuksista siten, että ylivilkkaiden lasten vanhemmat kokivat, että heidän lapsensa sietivät pettymyksiä huonommin, ja että heidän sosiaalisissa taidoissa oli enemmän ongelmia verrattuna verrokkiryhmän lapsiin. (Katajisto & Tuominen 2006, 23-24.)

Samassa tutkimuksessa tuli kuitenkin ilmi, että kun ylivilkkaiden lasten vanhemmat olivat osallistuneet perhekouluun, oli heidän kokemuksensa vanhemmuudestaan muuttunut: he olivat alkaneet nauttia vanhemmuudestaan enemmän ja samalla heidän uupumuksensa oli vähentynyt. Samankaltaista vaikutusta oli huomattavissa myös ylivilkkaiden lasten vanhempien käyttämissä ohjauskeinoissa: määräilevien ohjauskeinojen käyttäminen oli vähentynyt. Muutosta oli tapahtunut myös lasten käytöksessä. Perhekoulun jälkeen ylivilkkaat lapset sietivät pettymyksiä paremmin, heidän sosiaaliset taitonsa olivat kehittyneet parempaan suuntaan ja heidän ylivilkkauteen liittyneet haasteet olivat vähentyneet. (Katajisto & Tuominen 2006, 25-27.)

Myös Eeva-Liisa Salmen (2008) tutkimus osoittaa perhekoulun vaikuttavuutta. Tutkimuksessa tulee ilmi, että perhekoulu oli vaikuttanut siihen osallistuneiden äitien vanhempana toimimiseen. Perhekoulu oli vaikuttanut erityisen paljon niihin äiteihin, joilla oli ennen perhekoulua enemmän haasteita vanhemmuutensa kanssa. Äidit olivat yleisesti raportoineet selviävänsä arjen haasteista perhekoulun jälkeen paremmin. Äidit myös kestivät paremmin tilanteita, joissa heidän lapsensa käyttäytyivät ei-toivotulla tavalla. Tutkimuksesta kävi myös ilmi, että perhekoulu oli vaikuttanut myös isien vanhemmuuteen positiivisesti, vaikka he eivät olleet osallistuneet perhekouluun lainkaan. (Salmi 2008, 78-79.)

Perhekoulu oli myös Salmen (2008) tutkimuksen mukaan vaikuttanut siihen osallistuneiden lasten käyttäytymiseen positiivisesti. Esimerkiksi lasten käytöshäiriöt ja yliaktiivisuus olivat vähentyneet perhekoulun myötä. Tutkimukseen kuulunut, vuoden perhekoulun alkamisesta pidetty, seurantakysely osoitti, että lasten käyttäytymisen muutokset olivat olleet pysyviä. Tämä viesti tuli sekä lasten opettajilta että heidän vanhemmiltaan. (Salmi 2008, 80-82.)

9 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet

Tutkimuksemme tarkoituksena on lisätä tietoa Keravan perhekoulun vaikuttavuudesta sekä tarkastella erityisesti vanhemman kasvatuksessa käyttämiä ohjauskeinoja, vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta sekä vanhemman jaksamista. Tavoitteenamme on tuoda esiin näiden asioiden muutosta Keravan perhekoulun aikana. Tarkoituksenamme on myös se, että tutkimusta voidaan käyttää näyttönä siitä, miten Keravan perhekoulu on vaikuttanut siihen osallistuneisiin perheisiin perhekoulun aikana. Tutkimuksemme perustuu täysin Keravan perhekouluun osallistuneiden vanhempien näkökulmaan ja heidän omiin kokemuksiinsa tutkimuksen aiheista. Tutkimuskysymyksemme ovat:

1. Miten vanhemman kasvatukselliset ohjauskeinot kehittyvät perhekoulun aikana?
2. Miten vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus kehittyy perhekoulun aikana?
3. Miten vanhemman jaksaminen kehittyy perhekoulun aikana?

10 Aineisto ja menetelmä

Tutkimuksemme aineistona toimivat Keravan perhekoulun alussa ja lopussa vanhemmilta kerätyt kyselylomakkeet. Kyselylomakkeen (Liite 1) on laatinut Niilo Mäki Instituutti ja siinä on väittämiä muun muassa vanhemman jaksamisesta, kasvatuksellisista ohjauskeinoista sekä vuorovaikutuksesta vanhemman ja lapsen välillä. Kyselylomakkeet on kerätty Keravan perhekoulun jokaiselta kolmelta toimintakaudelta, vuosien 2013-2015 aikana. Keravan perhekouluun osallistuneet vanhemmat täyttivät lomakkeet sekä perhekoulun alussa että lopussa. Kyselylomake oli kummallakin kerralla samanlainen. Kyselylomakkeita kerättiin siis kaksi kappaletta

vanhempaa kohden. Vanhemmat täyttivät lomakkeet ensimmäisellä perhekoulukerralla ja viimeisen perhekoulukerran jälkeen. Vanhemmat eivät lomaketta toista kertaa täyttäessään saaneet tietoonsa ensimmäisen kerran vastauksiaan. Näin menetellen vanhempien aiemmat vastaukset samoihin väittämiin eivät luultavasti päässeet vaikuttamaan vanhempien vastauksiin toisella kyselykerralla.

Tutkimusta aloittaessamme pyysimme Niilo Mäki Instituutilta luvat kyselylomakkeiden käyttöön ja hyödyntämiseen tutkimuksessamme. Lisäksi haimme tutkimusluvan Keravan kaupungin sosiaali- ja terveystalouden toimialajohtajalta. Emme olleet missään vaiheessa itse mukana kyselylomakkeiden laatimisessa emmekä niiden keräämisessä, tehtävänämmä on ollut ainoastaan tutkia niitä. Saimme täytetyt kyselylomakkeet käsiimme ilman tunnistetietoja. Tunnistetiedot kyselylomakkeista poistettiin Keravan perheneuvolan toimesta.

Tutkimukseemme kerättiin kyselylomakkeita yhteensä yhdeksältätoista vanhemmalta. Tutkimuksessamme käytettyjen lomakkeiden määrä on yhteensä 38, joista vanhemmat ovat täyttäneet puolet ennen perhekoulua ja puolet sen jälkeen. Jokainen Keravan perhekouluun osallistunut vanhempi antoi meille luvan tutkia täyttämäänsä kyselylomakkeita, joten tutkimuksemme ulkopuolelle ei jäänyt yksikään vanhempi. Täten tutkimuksessamme tulee ilmi kaikkien Keravan perhekouluun osallistuneiden vanhempien kokemukset perhekoulusta yhtäläisesti.

Tutkimuksessa analysoimamme kyselylomake on luotu määrällisin menetelmin ja se sisältää kysymyksiä vanhemmuudesta ja jaksamisesta sekä ohjauksen periaatteista ja keinoista (Liite 1). Kyselylomakkeessa on yhteensä 20 väittämää, joihin vastaaja on voinut valita sopivimman vastausvaihtoehdon rengastamalla vastausta kuvaavan numeron. Väittämät on jaettu edellä mainittujen teemojen mukaisesti. Vanhemmuuteen ja jaksamiseen liittyviä väittämiä ovat muun muassa ”Koen väsymistä kasvattajana”, ”Tunnen syyllisyyttä vanhempana” sekä ”Koen luottamusta itseäni ja kykyäni toimia vanhempana”. Ohjauksen periaatteisiin ja keinoihin liittyviä väittämiä ovat puolestaan esimerkiksi ”Kehun ja kiitan lastani”, ”Pidän kiinni sovitusta säännöistä ja sääntöjen rikkomisen seuraamuksista” sekä ”Komennan lasta huutamalla”. Vanhemmat ovat voineet vastata kyselylomakkeen väittämiin asteikolla 1-7, joista 1 merkitsee ”En lainkaan” ja 7 ”Joka päivä”.

Toteutimme tutkimuksen vertailemalla ennen ja jälkeen Keravan perhekoulun kerättyjä kyselylomakkeita nähdäksemme, onko vanhempien vastauksissa tapahtunut muutoksia. Mahdollisten muutosten perusteella arvioimme Keravan perhekoulun vaikuttavuutta. Käytimme aineiston analysoimiseen SPSS-ohjelmaa, jossa tarkastelimme ristiintaulukoimalla yksittäisten väittämien vastauksien muutosta verraten vanhemmilta ennen ja jälkeen perhekoulun kerättyjä vastauksia. Syötimme kaikki vastaukset SPSS:ään lukuun ottamatta puuttuvia tai epäselviä vastauksia. Ristiintaulukoimalla saatujen tulosten merkitsevyyden tutkimme Fisherin tarkalla

testillä. Aineistomme otoksen pienen koon vuoksi käytimme tarkkaa (exact) testiä, sillä sen avulla oli mahdollista saada luotettavimmat tulokset (Taanila 2013). Fisherin tarkka testi toimii samalla tavoin kuin χ^2 -testi, joskin χ^2 -testi antaa arvion oikeasta p-arvosta, ja kun otoskoko on pieni, niin tulos saattaa olla epätarkka. Tutkimuksen otoskoon ollessa pieni, Fisherin tarkka testi antaa tarkemman tuloksen. (Simple Interactive Statistical Analysis.) Lisäksi käytimme kontingenssikerrointa selvittääksemme tuloksissa esiintyneiden muutosten vahvuutta. Kontingenssikerroin (C) sijoittuu aina nollan ja yhden välille ja mitä suurempi kontingenssikerroin on, sitä kauempana saadut tulokset ovat odotetuista tuloksista (Gustafsson, 35-36). Mitä lähempänä nollaa kontingenssikerroin on, sitä vähemmän ennen ja jälkeen perhekoulun saadut tulokset poikkeavat toisistaan.

Tulokset jaottelimme tutkimuskysymyksiimme pohjautuvien teemojen mukaisesti vanhemman kasvatuksellisten ohjauskeinojen kehittymiseen, vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen kehittymiseen sekä vanhemman jaksamisen kehitykseen. Jokaisen teeman kohdalla tarkastelimme jokaista kyselylomakkeen väittämää yksitellen. Teimme myös teemoihin liittyviä summamuuttujia, joiden avulla tarkastelimme samaa teemaa koskevia väittämiä yhtenä kokonaisuutena. Vanhemman kasvatukselliset ohjauskeinot jaoinme kolmeen osaan: positiivisiin, keskusteleviin ja negatiivisiin ohjauskeinoihin. Summamuuttujista tarkastelimme keskiarvojen ja keskihajonnan muutosta. Tekemämme jako vanhemman kasvatuksellisten ohjauskeinojen kohdalla on tehty tutkimustulosten tulkinnan helpottamiseksi. Käyttämässämme jaossa suurin ero on positiivisilla ja negatiivisilla keinoilla. Keskustelevat keinot katsomme osaksi positiivisia keinoja. Teimme kuitenkin niidenkin välillä jaon, koska koimme niiden mittaavan hieman erilaisia ulottuvuuksia positiivisissa ohjauskeinoissa.

Tutkimustuloksia olemme avanneet sanallisesti sekä havainnollistaneet niitä taulukoiden ja kuvioiden avulla. Havainnollistamisen apuna olemme käyttäneet yksittäisten väittämien kohdalla taulukoita ja kuvioita, ja summamuuttujien kohdalla kuvioita.

11 Tulokset

Olemme jaotelleet tutkimustulokset tutkimuskysymyksiimme pohjautuvien teemojen mukaisesti vanhemman kasvatuksellisten ohjauskeinojen kehittymisen teemaan, lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen kehittymisen teemaan sekä vanhemman jaksamisen kehittymisen teemaan. Kaikki tulokset mittaavat vanhemman kokemusta kysytyistä aiheista.

Tässä osiossa tarkastelemme tutkimustuloksia yksitellen, tuoden esiin niiden tilastollisen merkitsevyyden. Mittasimme tulosten merkitsevyyttä käyttäen Fisherin tarkkaa testiä. Tulososiossa tuomme esiin tulosten merkitsevyyden p-arvolla ja muutoksen vahvuuden kontingenssiker-toimella (C). Lisäksi tarkastelemme tutkimustuloksia viitenä summamuuttujana. Jaoinme

kasvatukselliset ohjauskeinot kolmeksi summamuuttujaksi: positiiviset ohjauskeinot, keskustelevat ohjauskeinot ja negatiiviset ohjauskeinot. Lisäksi summamuuttujina ovat vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus sekä vanhemman jaksaminen.

11.1 Vanhemman kasvatuksellisten ohjauskeinojen kehittyminen

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Kehun ja kiitän lasta	Useamman kerran viikossa	2	2	4
	Lähes päivittäin	10	7	17
	Joka päivä	7	10	17
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 1: Kehun ja kiitän lasta

Kyselylomakkeen väittämään ”Kehun ja kiitän lasta” on saatu 19 vastausta sekä ennen että jälkeen perhekoulun. Vertailimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Vastauksissa ei esiinny suurta muutosta, mutta kuitenkin ”Joka päivä” vastanneita oli tullut kolme lisää perhekoulun jälkeisessä kyselyssä. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(2)=1,173$ $p<.666$; $C=0.165$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Neuvottelen ja teen sopimuksia lapsen kanssa (esim. tulevista tilanteista)	Viikoittain	5	1	6
	Useamman kerran viikossa	6	8	14
	Lähes päivittäin	5	7	12
	Joka päivä	3	3	6
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 2: Neuvottelen ja teen sopimuksia lapsen kanssa (esim. tulevista tilanteista)

Väittämään ”Neuvottelen ja teen sopimuksia lapsen kanssa (esim. tulevista tilanteista)” on vastannut 19 vanhempaa sekä ennen että jälkeen perhekoulun. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tämän kysymyksen kohdalla vanhemmat vastasivat alkaneensa neuvottelemaan lapsensa kanssa useammin, sillä ”Viikoittain” vastanneiden määrä oli laskenut selvästi ensimmäisestä kyselykerrasta, kun taas ”Useamman kerran viikossa” ja ”Lähes päivittäin” vastanneiden määrä oli kasvanut. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(3)=3,213$ $p<.421$; $C=0.282$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Pidän kiinni sovituista säännöistä ja sääntöjen rikkomisen seuraamuksista	Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)	1	0	1
	Viikoittain	6	4	10
	Useamman kerran viikossa	3	3	6
	Lähes päivittäin	8	7	15
	Joka päivä	1	5	6
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 3: Pidän kiinni sovituista säännöistä ja sääntöjen rikkomisten seuraamuksista

Väittämään ”Pidän kiinni sovituista säännöistä ja sääntöjen rikkomisen seuraamuksista” on vastannut 19 vanhempaa molemmilla kyselykerroilla. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tuloksista on havaittavissa, että moni vanhempi on alkanut pitää useammin kiinni sovituista säännöistä, sillä ”Joka päivä” vastanneiden vanhempien määrä oli noussut yhdestä viiteen perhekoulun jälkeen. Samalla harvemmin säännöistä kiinni pitävien vanhempien määrä oli laskenut. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(4)=4,006$ $p<.424$; $C=0.313$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Käytän kovia fyysisiä otteita lapsen ohjaamisessa (kovakouraista käsittelyä)	En lainkaan	6	10	16
	Hyvin harvoin	9	6	15
	Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)	2	2	4
	Viikoittain	1	0	1
Yhteensä		18	18	36

Taulukko 4: Käytän kovia fyysisiä otteita lapsen ohjaamisessa (kovakouraista käsittelyä)

Väittämään ”Käytän kovia fyysisiä otteita lapsen ohjaamisessa (kovakouraista käsittelyä)” on vastannut 18 vanhempaa molemmilla kyselykerroilla. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tulosten perusteella yhä useampi vanhempi kertoo, ettei käytä kovia fyysisiä otteita lapsen ohjaamisessa lainkaan. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(3)=2,623$ $p<.458$; $C=0.260$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Rankaisen lasta fyysisesti (esim. tukistan, annan luunapin...)	En lainkaan	14	16	30
	Hyvin harvoin	4	2	6
	Harvoin (kerran, pari kaudessa)	1	0	1
	Yhteensä	19	18	37

Taulukko 5: Rankaisen lasta fyysisesti (esim. tukistan, annan luunapin...)

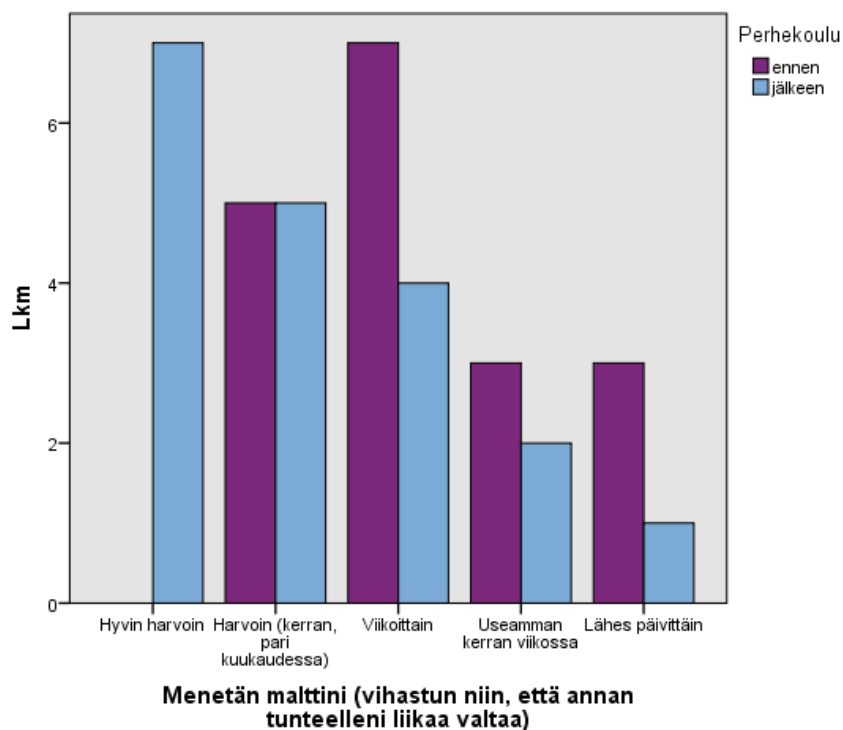
Väittämään ”Rankaisen lasta fyysisesti (esim. tukistan, annan luunapin...)” on vastannut ennen perhekoulua 19 vanhempaa ja perhekoulun jälkeen 18 vanhempaa. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tulokset osoittavat, että tämän kysymyksen kohdalla ei ole tapahtunut juurikaan muutoksia perhekoulun aikana. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(2)=1,700$ $p<.528$; $C=0.214$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Komennan lasta huutamalla	En lainkaan	1	0	1
	Hyvin harvoin	1	3	4
	Harvoin (kerran, pari kaudessa)	2	7	9
	Viikoittain	8	3	11
	Useamman kerran viikossa	3	2	5
	Lähes päivittäin	3	4	7
	Joka päivä	1	0	1
	Yhteensä	19	19	38

Taulukko 6: Komennan lasta huutamalla

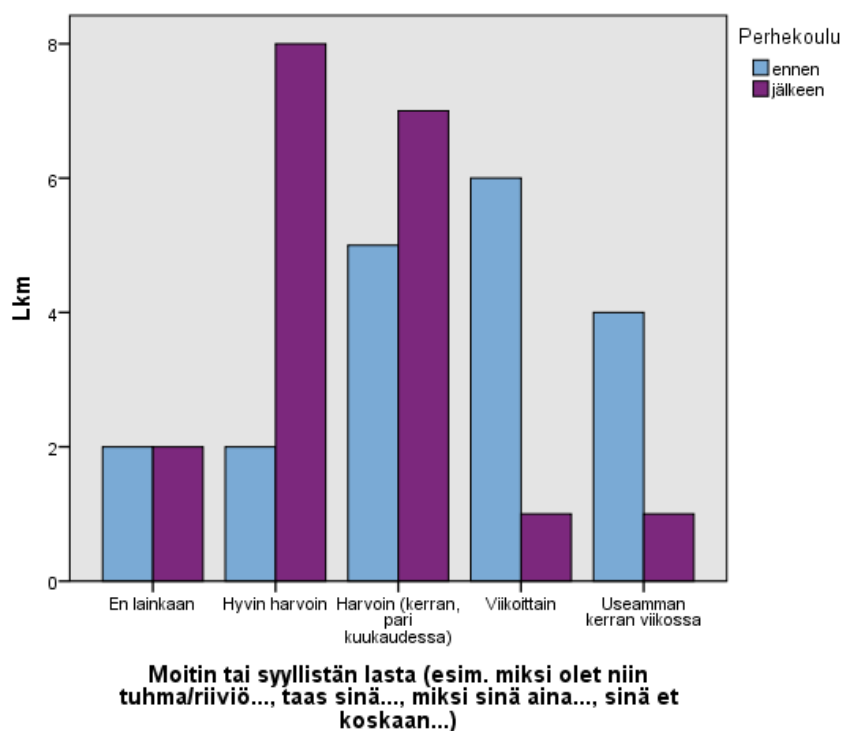
Väittämään ”Komennan lasta huutamalla” on vastannut 19 vanhempaa sekä ennen että jälkeen perhekoulun. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tulokset osoittavat, että lapsen komentaminen huutamalla on vähentynyt perhekoulun aikana, sillä perhekoulua ennen useimmat vanhemmat olivat vastanneet komentavansa lasta huutamalla vähintään viikoittain, kun taas perhekoulun jälkeen kerätyissä kyselylomakkeissa näiden vastauksien määrä oli laskenut selvästi, ja aiempaa useammat vanhemmat ovat valinneet vasta-

usvaihtoehtoon ”Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)”. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(6)=8,101$ $p<.192$; $C=0.425$).



Kuvio 1: Menetän malttini (vihastun niin, että annan tunteelleni liikaa valtaa)

Väittämään ”Menetän malttini (vihastun niin, että annan tunteelleni liikaa valtaa)” on vastannut 18 vanhempaa ennen perhekoulua ja 19 vanhempaa perhekoulun jälkeen. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tulokset osoittavat, että perhekoulun myötä useimmat vanhemmat menettävät harvemmin malttinsa kuin ennen perhekoulua. Tätä muutosta kuvastaa selkeimmin se, että ”Hyvin harvoin” vastausvaihtoehtoa ei ollut valinnut vanhemmista kukaan ennen perhekoulua, kun taas perhekoulun jälkeen sen on valinnut seitsemän vanhempaa. Tulos oli tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(4)=9,321$ $p<.044$; $C=0.442$).



Kuvio 2: Moitin tai syyllistän lasta (esim. miksi olet niin tuhma/riiviö..., taas sinä..., miksi sinä aina..., sinä et koskaan...)

Väittämään ”Moitin tai syyllistän lasta (esim. miksi olet niin tuhma/riiviö..., taas sinä..., miksi sinä aina..., sinä et koskaan...)” on vastannut 19 vanhempaa sekä ennen että jälkeen perhekoulun. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tulosten perusteella perhekoulun myötä useimmat vanhemmat moittivat tai syyllistivät lastaan selvästi harvemmin verrattuna tilanteeseen ennen perhekoulua. Ennen perhekoulua vähintään viikoittain lastaan moittivat tai syyllistivät vanhemmista kymmenen, kun taas perhekoulun jälkeen ainoastaan kaksi. Tulos oli hyvin lähellä tilastollisesti merkitsevää ($\chi^2(4)=9,022$ $p<.052$; $C=0.444$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Palkitsen lasta (jotka sovittu lapsen kanssa: jos teet X, saat Y, esim. jos kaupassa käynti sujuu hyvin, saat jäätelön)	En lainkaan	1	0	1
	Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)	1	2	3
	Viikoittain	8	6	14
	Useamman kerran viikossa	4	5	9
	Lähes päivittäin	4	5	9
	Joka päivä	1	1	2
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 7: Palkitsen lasta (jotka sovittu lapsen kanssa: jos teet X, saat Y, esim. jos kaupassa käynti sujuu hyvin, saat jäätelön)

Väittämään ”Palkitsen lasta (jotka sovittu lapsen kanssa: jos teet X, saat Y, esim. jos kaupassa käynti sujuu hyvin, saat jäätelön)” on vastannut 19 vanhempaa ennen ja jälkeen perhekoulun. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tulokset osoittavat, ettei tämän väittämän kohdalla ole tapahtunut merkittävää muutosta perhekoulun aikana. Näyttäisi kuitenkin siltä, että muutama vanhempi on palkinnut lastaan useammin perhekoulun jälkeen kuin ennen perhekoulua. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(5)=2,188$ $p<.945$; $C=0.215$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Juttelen lapsen kanssa (päivän tapahtumista, kokemuksista, tulevasta...)	Viikoittain	0	1	1
	Useamman kerran viikossa	4	3	7
	Lähes päivittäin	6	5	11
	Joka päivä	9	10	19
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 8: Juttelen lapsen kanssa (päivän tapahtumista, kokemuksista, tulevasta...)

Väittämään ”Juttelen lapsen kanssa (päivän tapahtumista, kokemuksista, tulevasta...) on vastannut 19 vanhempaa sekä ennen että jälkeen perhekoulun. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tulosten perusteella tämän väittämän kohdalla ei ole tapahtunut merkittävää muutosta perhekoulun aikana. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(3)=1,322$ $p<1.000$; $C=0.181$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Annan nimen lapsen tunteille (esim. sinä olet nyt vihainen/surullinen)	En lainkaan	1	0	1
	Hyvin harvoin	1	0	1
	Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)	0	2	2
	Viikoittain	6	6	12
	Useamman kerran viikossa	4	2	6
	Lähes päivittäin	4	4	8
	Joka päivä	3	5	8
	Yhteensä	19	19	38

Taulukko 9: Annan nimen lapsen tunteille (esim. sinä olet nyt vihainen/surullinen)

Väittämään ”Annan nimen lapsen tunteille (esim. sinä olet nyt vihainen/surullinen)” on vastannut 19 vanhempaa ennen ja jälkeen perhekoulun. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tulokset osoittavat, että perhekoulun jälkeen useampi vanhempi nimeää lapsensa tunteita kuin ennen perhekoulua. Perhekoulun yksikään vanhempi ei ole valinnut vastausvaihtoehtoja ”En lainkaan” ja ”Hyvin harvoin”, joihin kumpaankin oli tullut ennen perhekoulua yksi vastaus. Joka päivä lapsensa tunteita nimeävien määrä nousi perhekoulun myötä kolmesta viiteen. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(6)=4,755$ $p<.664$; $C=0.346$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Varaan aikaa yhteiseen tekemiseen lapsen kanssa (leikki, pelit, ulkoilu...)	Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)	2	0	2
	Viikoittain	3	3	6
	Useamman kerran viikossa	4	10	14
	Lähes päivittäin	6	5	11
	Joka päivä	4	1	5
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 10: Varaan aikaa yhteiseen tekemiseen lapsen kanssa (leikki, pelit, ulkoilu...)

Väittämään ”Varaan aikaa yhteiseen tekemiseen lapsen kanssa (leikki, pelit, ulkoilu...) on vastannut 19 vanhempaa sekä ennen että jälkeen perhekoulun. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tuloksista ilmenee, että niiden vanhempien määrä on lisääntynyt perhekoulun myötä, jotka varaavat aikaa yhteiseen tekemiseen lapsen kanssa useamman kerran viikossa. Yksikään vanhemmista ei ollut valinnut perhekoulun jälkeen vastausvaihtoehtoa ”Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)”, kun taas ennen perhekoulua sen oli valinnut kaksi vanhempaa. Lisäksi perhekoulun jälkeen ”Joka päivä” vastausvaihtoehtoon valinneiden määrä on laskenut neljästä yhteen vanhempaan. Tulos oli lähes tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(4)=5,978$ $p<.173$; $C=0.381$).

11.2 Vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen kehittyminen

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Tunnen ärtymystä lasta kohtaan	Hyvin harvoin	3	4	7
	Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)	5	4	9
	Viikoittain	3	7	10
	Useamman kerran viikossa	6	3	9
	Lähes päivittäin	2	1	3
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 11: Tunnen ärtymystä lasta kohtaan

Väittämään ”Tunnen ärtymystä lasta kohtaan” on vastannut 19 vanhempaa sekä ennen perhekoulua että sen jälkeen. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tulokset viittaavat siihen, että vanhempien kokemaa ärtymystä lastaan kohtaan on vähentynyt perhe-

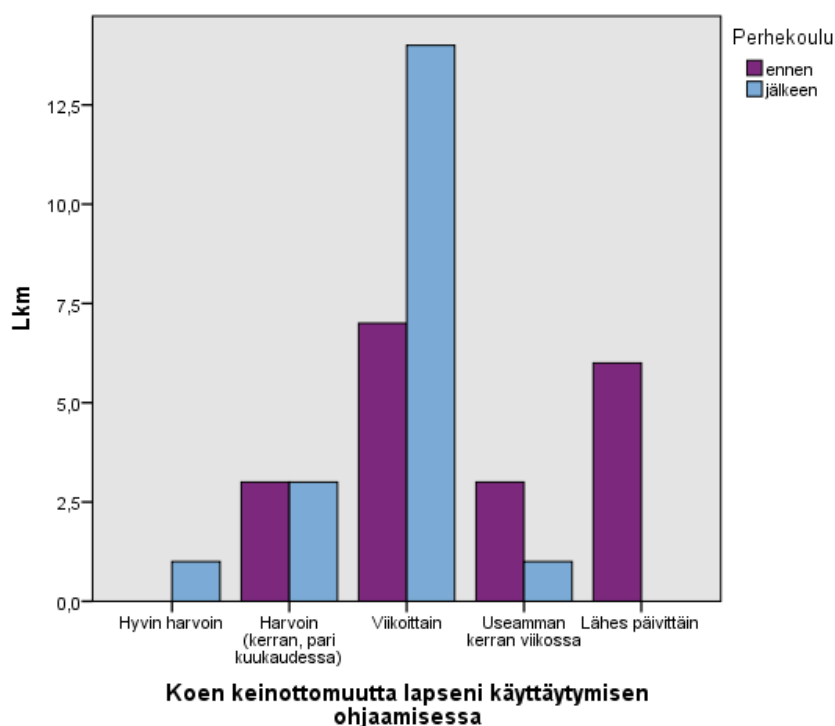
koulun myötä. Vanhemmat ovat vastanneet perhekoulun jälkeen vähemmän vastausvaihtoehtoja ”Lähes päivittäin” ja ”Useamman kerran viikossa”. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(4)=3,249$ $p<.561$; $C=0.278$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Nautin yhteisistä hetkistä lapseni kanssa	Viikoittain	2	2	4
	Useamman kerran viikossa	4	6	10
	Lähes päivittäin	7	4	11
	Joka päivä	6	7	13
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 12: Nautin yhteisistä hetkistä lapseni kanssa

Väittämään ”Nautin yhteisistä hetkistä lapseni kanssa” on vastannut molemmilla kyselykerroilla 19 vanhempaa. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tämän väittämän kohdalla ei juurikaan voida havaita mitään johdonmukaista muutosta. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(3)=1,437$ $p<.788$; $C=0.182$).

11.3 Vanhemman jaksamisen kehittyminen



Kuvio 3: Koen keinottomuutta lapseni käyttäytymisen ohjaamisessa

Väittämään ”Koen keinottomuutta lapseni käyttäytymisen ohjaamisessa” on vastannut molemmilla kyselykerroilla 19 vanhempaa. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Väittämän tuloksista voidaan huomata, että perhekoulun aikana on tapahtunut selkeä muutos vanhempien kokeman keinottomuuden osalta. Ennen perhekoulua moni oli vastannut kokevansa keinottomuutta ”Lähes päivittäin” tai ”Useamman kerran viikossa”. Perhekoulun jälkeen vanhempien kokema keinottomuus ilmenee pääasiassa enää viikoittain tai harvemmin. Tulos oli tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(4)=10,302$, $p<.017$; $C=0.462$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Koen väsymistä kasvattajana	Hyvin harvoin	0	2	2
	Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)	5	8	13
	Viikoittain	5	7	12
	Useamman kerran viikossa	6	1	7
	Lähes päivittäin	1	0	1
	Joka päivä	2	1	3
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 13: Koen väsymystä kasvattajana

Väittämään ”Koen väsymistä kasvattajana” on vastannut molemmilla kyselykerroilla 19 vanhempaa. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Väittämän tulokset osoittavat, että vanhempien kokema väsymys kasvattajana on vähentynyt hieman, sillä vastausten painopiste on siirtynyt perhekoulun jälkeen vaihtoehtoihin ”Viikoittain” ja ”Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)”, kun se ennen perhekoulua oli lähempänä vastausvaihtoehtoa ”Useamman kerran viikossa”. Tulos oli lähellä tilastollisesti merkitsevää ($\chi^2(5)=7,411$ $p<.131$; $C=0.416$)

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Tunnen syyllisyyttä vanhempana	En lainkaan	1	1	2
	Hyvin harvoin	4	6	10
	Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)	4	8	12
	Viikoittain	2	1	3
	Useamman kerran viikossa	4	1	5
	Lähes päivittäin	3	1	4
	Joka päivä	1	1	2
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 14: Tunnen syyllisyyttä vanhempana

Väittämään ”Tunnen syyllisyyttä vanhempana” on vastannut molemmilla kyselykerroilla 19 vanhempaa. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tämän väittämän kohdalla tulokset osoittavat maltillista muutosta kohti syyllisyyden tuntemisen vähentymistä, sillä ”Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)” ja ”Hyvin harvoin” vastanneiden vanhempien määrä on kasvanut huomattavasti perhekoulun jälkeisessä kyselyssä. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(6)=5,172$ $p<.592$; $C=0.337$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Tunnen toivottomuutta ajatellessani lapseni tulevaisuutta	En lainkaan	5	6	11
	Hyvin harvoin	5	4	9
	Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)	1	6	7
	Viikoittain	7	3	10
	Useamman kerran viikossa	1	0	1
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 15: Tunnen toivottomuutta ajatellessani lapseni tulevaisuutta

Väittämään ”Tunnen toivottomuutta ajatellessani lapseni tulevaisuutta” on vastannut molemmilla kyselykerroilla 19 vanhempaa. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tuloksista ilmenee, että vanhempien kokemus toivottomuus lapsensa tulevaisuudesta on vähentynyt jonkin verran. Ennen perhekoulua moni oli vastannut tuntevansa toivottomuutta lapsensa tulevaisuudesta ”Viikoittain”, kun taas perhekoulun jälkeen painopiste oli heilah-

tanut vastausvaihtoehtoon ”Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)”. Tulos oli lähes tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(4)=6,154$ $p<.157$; $C=0.379$).

		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Voin jutella jonkun kanssa	En lainkaan	1	0	1
vanhemmuudestani ja jakaa	Hyvin harvoin	1	2	3
kasvatuksen pulmia	Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)	3	3	6
	Viikoittain	5	3	8
	Useamman kerran viikossa	3	3	6
	Lähes päivittäin	1	3	4
	Joka päivä	5	5	10
Yhteensä		19	19	38

Taulukko 16: Voin jutella jonkun kanssa vanhemmuudestani ja jakaa kasvatuksen pulmia

Väittämään ”Voin jutella jonkun kanssa vanhemmuudestani ja jakaa kasvatuksen pulmia” on vastannut molemmilla kyselykerroilla 19 vanhempaa. Vertasimme ennen ja jälkeen vastauksia ristiintaulukoimalla. Tämän väittämän kohdalla tulokset eivät osoita suurta muutosta, korkeintaan pientä lii kahdusta siihen suuntaan, että vanhemmat pääsevät vähän useammin juttelemaan vanhemmuudestaan. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(6)=2,992$ $p<.905$; $C=0.263$).

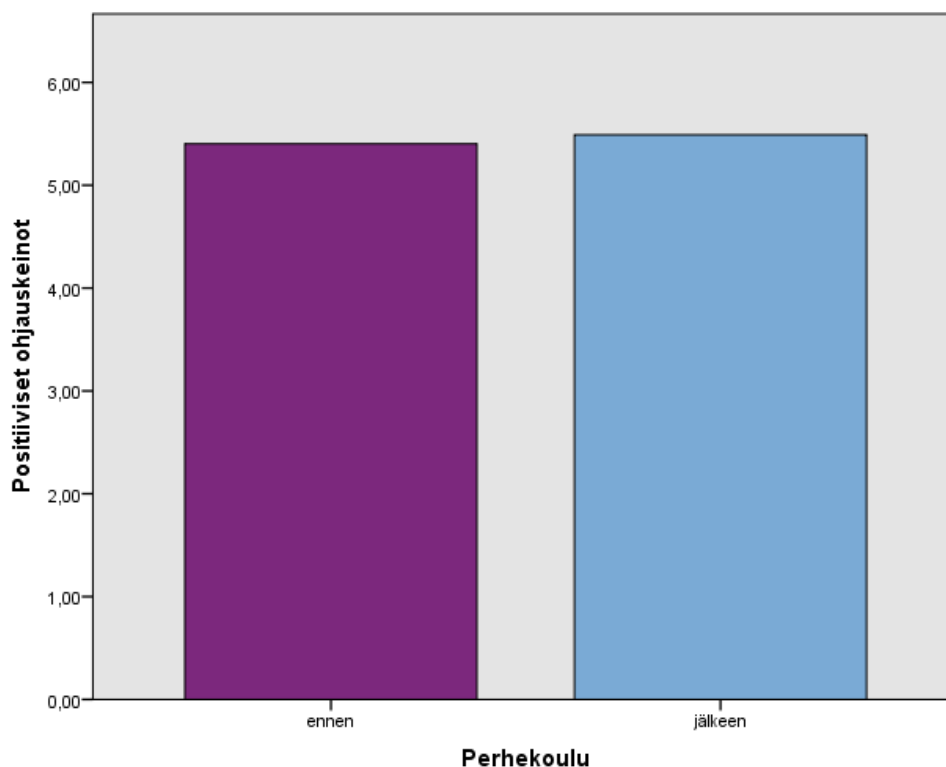
		Perhekoulu		Yhteensä
		ennen	jälkeen	
Koen luottamusta itseeni ja	Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)	3	1	4
kykyihini toimia vanhempana	Viikoittain	4	4	8
	Useamman kerran viikossa	7	4	11
	Lähes päivittäin	4	9	13
	Joka päivä	0	1	1
Yhteensä		18	19	37

Taulukko 17: Koen luottamusta itseeni ja kykyihini toimia vanhempana

Väittämään ”Koen luottamusta itseeni ja kykyihini toimia vanhempana” on vastannut ennen perhekoulua 18 vanhempaa ja sen jälkeen 19 vanhempaa. Vertasimme ennen ja jälkeen vas-

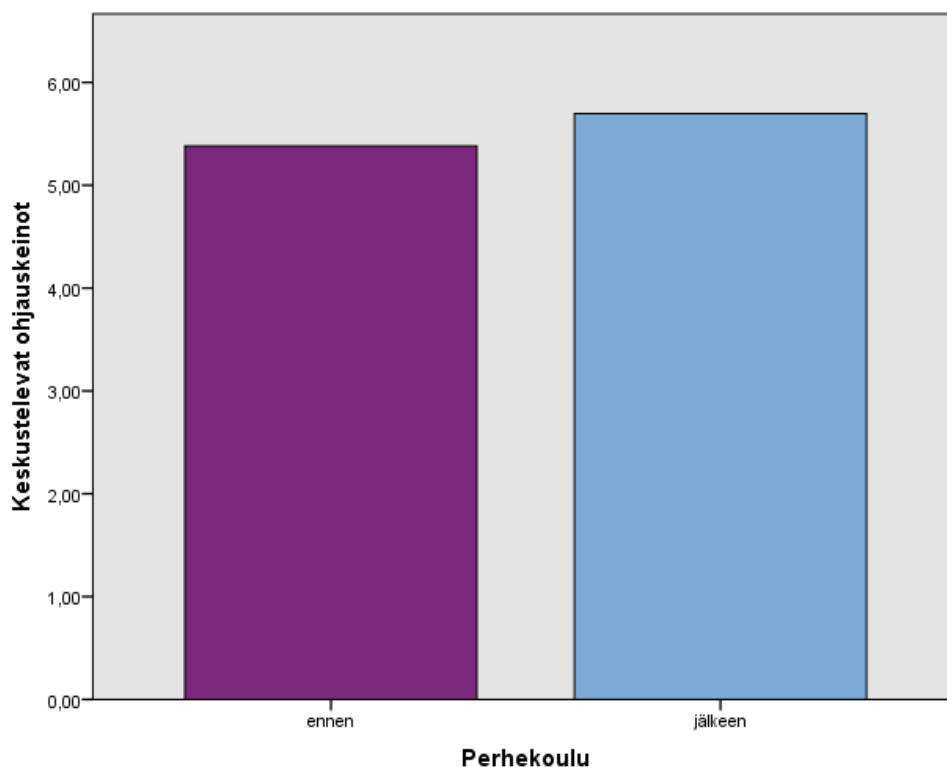
tauksia ristiintaulukoimalla. Tulokset osoittavat vanhempien luottamuksen itseensä ja omiin kykyihinsä toimia vanhempana kasvaneen jonkin verran. ”Lähes päivittäin” vastanneiden osuus on kasvanut selvästi perhekoulun jälkeisessä kyselyssä, kun taas ”Harvoin (kerran, pari kuukaudessa)” ja ”Useamman kerran viikossa” vastanneiden määrä on vähentynyt. Tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\chi^2(4)=4,557$ $p<.322$; $C=0.336$).

11.4 Tutkimuksen teemojen tarkastelu summamuuttujilla



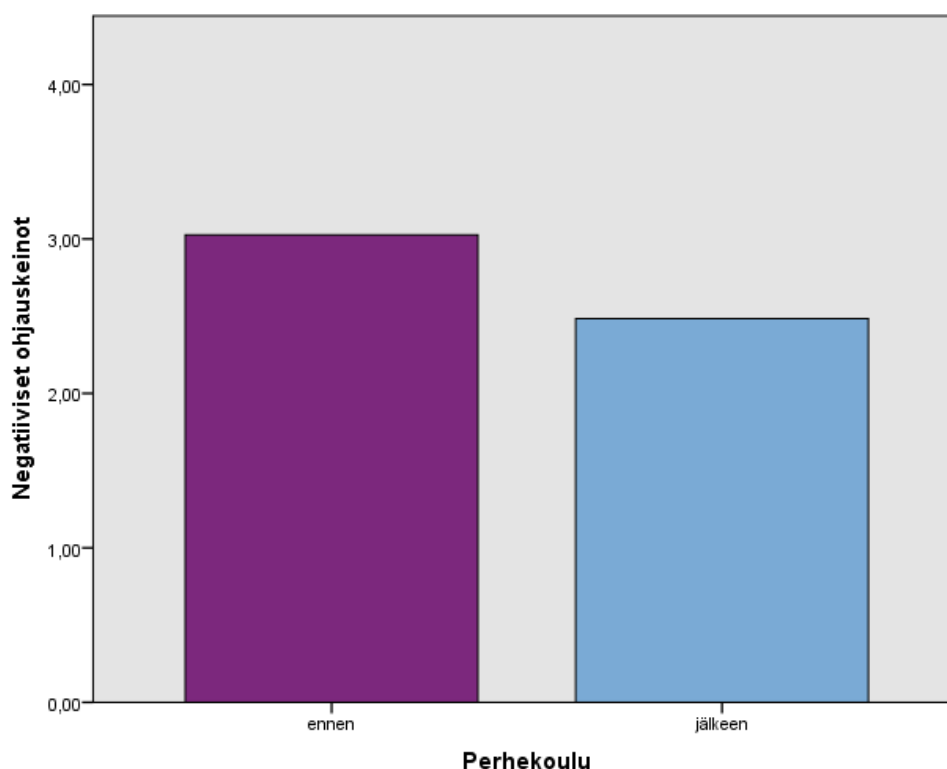
Kuvio 4: Positiivisten ohjauskeinojen kehitys perhekoulun aikana

Teimme positiivisista ohjauskeinoista summamuuttujan. Positiivisia ohjauskeinoja kuvaaviksi määrittelimme väittämät ”Kehun ja kiitän lasta”, ”Palkitsen lasta (jotka sovittu lapsen kanssa: jos teet X, saat Y, esim. jos kaupassa käynti sujuu hyvin, saat jäätelön)” ja ”Varaan aikaa yhteiseen tekemiseen lapsen kanssa (leikit, pelit, ulkoilu...)”. Laskimme summamuuttujan keskiarvot ja keskihajonnan ennen ja jälkeen perhekoulun. Tämän jälkeen vertasimme saatuja lukuja toisiinsa. Ennen perhekoulua summamuuttujan keskiarvo oli 5,40 ja perhekoulun jälkeen 5,49. Keskihajonta ennen perhekoulua oli 0,77 ja perhekoulun jälkeen 0,69. Keskiarvossa ei tämän summamuuttujan kohdalla voida käytännössä puhua muutoksesta. Keskihajonta puolestaan oli pienentynyt jonkin verran. Tämän voisi nähdä johtuvan siitä, että vanhemmat olivat perhekoulun jälkeen yksimielisempiä vastauksissaan kuin ennen perhekoulua.



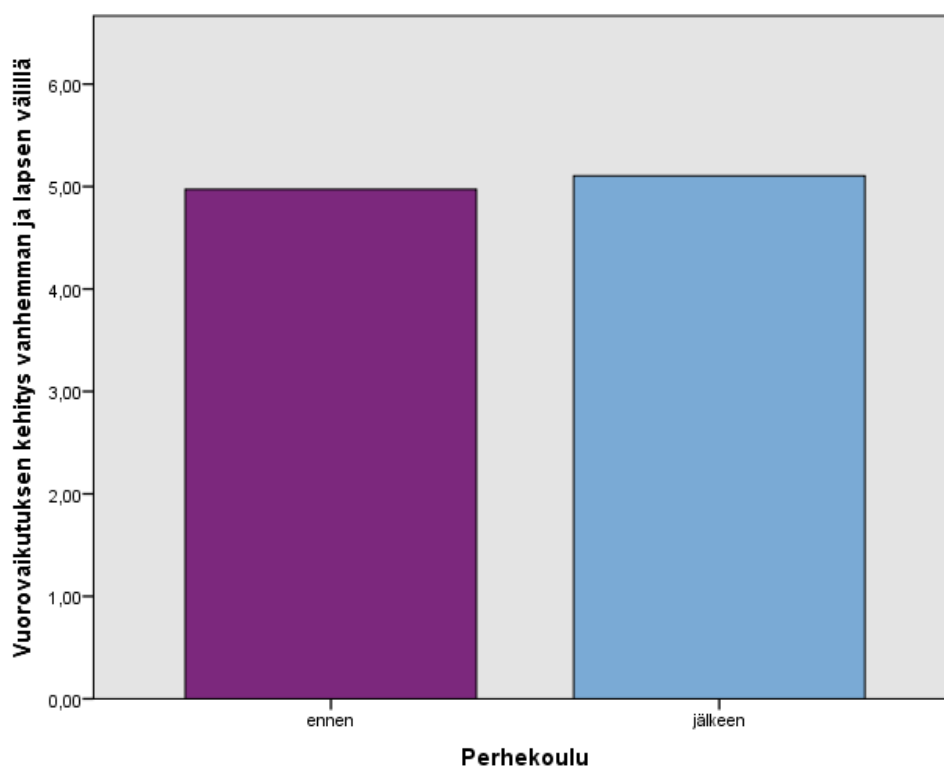
Kuvio 5: Keskustelevien ohjauskeinojen kehitys perhekoulun aikana

Teimme keskustelevista ohjauskeinoista summamuuttujan. Keskustelevia ohjauskeinoja kuvaaviksi määrittelimme väittämät ”Neuvottelen ja teen sopimuksia lapsen kanssa (esim. tulevista tilanteista)”, ”Pidän kiinni sovituista säännöistä ja sääntöjen rikkomisen seuraamuksista”, ”Juttelen lapsen kanssa (päivän tapahtumista, kokemuksista, tulevasta...)” ja ”Annan nimen lapsen tunteille (esim. sinä olet nyt vihainen/surullinen)”. Laskimme summamuuttujan keskiarvot ja keskihajonnan ennen ja jälkeen perhekoulun. Tämän jälkeen vertasimme saatuja lukuja toisiinsa. Ennen perhekoulua summamuuttujan keskiarvo oli 5,38 ja perhekoulun jälkeen 5,70. Keskihajonta ennen perhekoulua oli 0,87 ja perhekoulun jälkeen 0,83. Tämän summamuuttujan kohdalla keskiarvon muutoksessa oli havaittavissa pientä muutosta positiiviseen suuntaan. Keskihajonta pysyi puolestaan melko samanlaisena. Tämä tulos antaa olettaa, että vanhempien ohjauskeinot ovat heidän oman kokemuksensa mukaan muuttuneet keskustelevien keinojen osalta ainakin hieman toivottuun suuntaan.



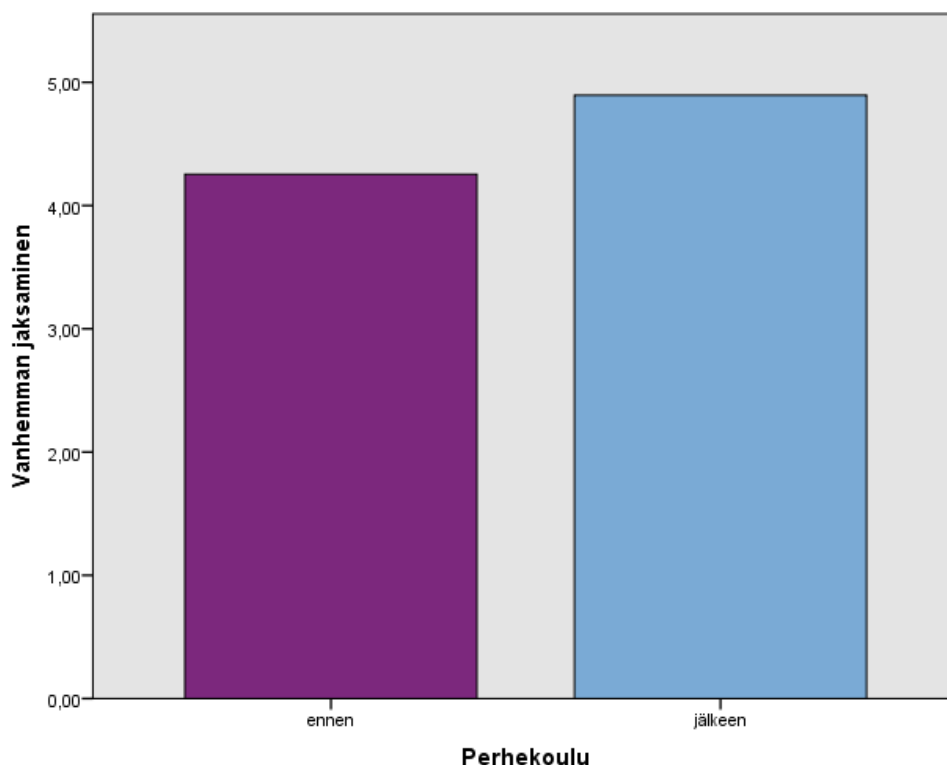
Kuvio 6: Negatiivisten ohjauskeinojen kehitys perhekoulun aikana

Teimme negatiivisista ohjauskeinoista summamuuttujan. Negatiivisia ohjauskeinoja kuvaaviksi määrittelimme väittämät ”Käytän kovia fyysisiä otteita lapsen ohjaamisessa (kovakourasta käsittelyä)”, ”Rankaisen lasta fyysisesti (esim. tukistan, annan luunapin...)”, ”Komennan lasta huutamalla”, ”Menetän malttini (vihastun niin, että annan tunteelleni liikaa valtaa)” ja ”Moi-tin tai syyllistän lasta (esim. miksi olet niin tuhma/riiviö..., taas sinä..., miksi sinä aina..., sinä et koskaan...)”. Laskimme summamuuttujan keskiarvot ja keskihajonnan ennen ja jälkeen perhekoulun. Tämän jälkeen vertasimme saatuja lukuja toisiinsa. Ennen perhekoulua summamuuttujan keskiarvo oli 3,03 ja perhekoulun jälkeen 2,48. Keskihajonta ennen perhekoulua oli 0,64 ja perhekoulun jälkeen 0,67. Summamuuttujan perusteella vanhemmat kokivat käyttävänsä perhekoulun jälkeen vähemmän negatiivisia ohjauskeinoja verrattuna tilanteeseen ennen perhekoulua. Keskihajonnassa ei näkynyt juurikaan muutosta.



Kuvio 7: Vuorovaikutuksen kehitys vanhemman ja lapsen välillä perhekoulun aikana

Teimme vanhemman ja lapsen välisestä vuorovaikutuksen kehityksestä summamuuttujan. Vuorovaikutuksen kehitystä kuvaaviksi määrittelimme väittämät ”Tunnen ärtymystä lasta kohtaan” ja ”Nautin yhteisistä hetkistä lapseni kanssa”. Laskimme summamuuttujan keskiarvot ja keskihajonnan ennen ja jälkeen perhekoulun. Tämän jälkeen vertasimme saatuja lukuja toisiinsa. Ennen perhekoulua summamuuttujan keskiarvo oli 4,97 ja perhekoulun jälkeen 5,11. Keskihajonta ennen perhekoulua oli 0,89 ja perhekoulun jälkeen 0,84. Tämän summamuuttujan kohdalla ei ole havaittavissa suurta muutosta. Tulos viittaa siihen, että vuorovaikutus vanhemman ja lapsen välillä on kehittynyt kuitenkin hieman positiivisempaan suuntaan perhekoulun aikana.



Kuvio 8: Vanhemman jaksamisen kehittyminen perhekoulun aikana

Teimme vanhemman jaksamisen kehityksestä summamuuttujan. Vanhemman jaksamista kuvaaviksi määrittelimme väittämät ”Koen keinottomuutta lapseni käyttäytymisen ohjaamisessa”, ”Koen väsymistä kasvattajana”, ”Tunnen syyllisyyttä vanhempana”, ”Tunnen toivotonmuutta ajatellessani lapseni tulevaisuutta”, ”Voin jutella jonkun kanssa vanhemmuudestani ja jakaa kasvatuksen pulmia” ja ”Koen luottamusta itseeni ja kykyihini toimia vanhempana”. Laskimme summamuuttujan keskiarvot ja keskihajonnan ennen ja jälkeen perhekoulun. Tämän jälkeen vertasimme saatuja lukuja toisiinsa. Ennen perhekoulua summamuuttujan keskiarvo oli 4,25 ja perhekoulun jälkeen 4,89. Keskihajonta ennen perhekoulua oli 0,92 ja perhekoulun jälkeen 0,80. Tulokset osoittavat, että vanhempien kokemukset jaksamisestaan ovat kehittyneet positiivisempaan suuntaan perhekoulun aikana. Keskihajonnan muutos osoittaa, että vanhempien vastaukset olivat olleet yksimielisempiä perhekoulun jälkeen.

12 Johtopäätökset

Tässä osiossa käsittelemme tutkimuksemme tuloksia tutkimuksen teemojen mukaisesti. Tuomme ilmi, mihin asioihin Keravan perhekoulu on tutkimuksemme perusteella vaikuttanut ja miten paljon. Selkein havaittava muutos tuloksissa liittyy negatiivisten ohjauskeinojen käytön vähentymiseen sekä vanhemman jaksamisen parantumiseen. Erityisesti näiden asioiden kohdalla Keravan perhekoulu näyttäytyy vaikuttavana interventiona.

12.1 Vanhemman kasvatuksellisten ohjauskeinojen kehittyminen

Tutkimuksemme perusteella Keravan perhekoulu vaikutti eniten vanhempien käyttämiin negatiivisiin ohjauskeinoihin. Tämä näkyi erityisesti siten, että moni vanhemmista vastasi menettävänsä malttinsa harvemmin sekä moittivansa ja syyllistävänsä lastaan harvemmin perhekoulun myötä. Pientä muutosta positiivisempaan suuntaan oli havaittavissa myös vanhempien huutamisen ja kovien fyysisten otteiden käyttämisen pienenä vähentymisenä lastensa ohjaamisessa. Vanhempien käyttämien negatiivisten ohjauskeinojen muutos positiivisempaan suuntaan näkyi selvästi myös tarkastellessamme negatiivisia ohjauskeinoja summamuuttujana.

Tutkimuksemme perusteella Keravan perhekoulu ei näyttänyt vaikuttaneen kovinkaan paljon vanhempien käyttämiin positiivisiin ja keskusteleviin ohjauskeinoihin, ainoastaan hyvin pientä kallistumista positiivisempaan suuntaan oli havaittavissa. Positiivisten ohjauskeinojen kohdalla eniten muutosta näkyi siinä, että perhekoulun myötä vanhemmat alkoivat varata enemmän aikaa yhteiseen tekemiseen lapsen kanssa. Lisäksi positiivista muutosta näkyi sen suhteen, että perhekoulun myötä vanhemmat alkoivat pitää useammin kiinni sovituista säännöistä ja sääntöjen rikkomisen seuraamuksista. Myös summamuuttujien perusteella sekä positiivisissa että keskustelemissa ohjauskeinoissa näyttäisi tapahtuneen ainoastaan hyvin maltillista muutosta positiivisempaan suuntaan.

12.2 Vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen kehittyminen

Tutkimuksemme tulosten mukaan Keravan perhekoulu ei näytä vaikuttaneen juurikaan vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutukseen. Ainoastaan pientä muutosta näkyi siinä, että vanhempien tuntema ärtymys lasta kohtaan vähentyi hieman perhekoulun myötä. Tämä selittää myös summamuuttujasta havaittavissa olevaa hienoista muutosta positiivisempaan suuntaan.

12.3 Vanhemman jaksamisen kehittyminen

Tutkimuksemme osoittaa, että Keravan perhekoulu vaikutti selvästi vanhemman jaksamiseen positiivisella tavalla. Suurin muutos positiiviseen suuntaan tapahtui sen suhteen, että perhekoulun myötä vanhempien kokema keinottomuus lapsensa käyttäytymisen ohjaamisessa vähentyi. Jonkin verran vähentyivät myös vanhempien kokema väsymys kasvattajina sekä vanhempien kokema toivottomuus heidän ajatellessaan lapsensa tulevaisuutta. Myös vanhempien tuntema syyllisyys vähentyi hieman. Lisäksi hyvin pientä muutosta positiivisempaan suuntaan näkyi tarkastellessa vanhempien kokemaa luottamusta itseensä ja kykyihinsä toimia vanhempana sekä sen suhteen, voiko vanhempi jutella jonkun kanssa vanhemmuudestaan ja jakaa

kasvatuksen pulmia. Myös summamuuttuja osoitti, että vanhempien kokemus jaksamisestaan kehittyi selkeästi positiivisempaan suuntaan perhekoulun myötä.

13 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tarkastellessa tutkimuksemme luotettavuutta nousee esiin sekä positiivisia että negatiivisia seikkoja. Tutkimuksemme ei ole yleistettävissä koskemaan kaikkia perhekouluja, sillä olemme tutkineet ainoastaan Keravan perhekoulun toimintaa eikä toiminta ole identtistä kaikissa perhekouluissa. Aineiston pienen koon vuoksi tutkimuksemme tulokset eivät juuri olleet tilastollisesti merkitseviä ja yksittäisen vastauksen vaikutus tutkimustulokseen saattaa olla ylikorostunut. Otoksoon ollessa pieni tulokset saattavat olla sattumanvaraisia (Heikkilä 2010, 30). Kuitenkin meillä oli käytössämme Keravan perhekoulun vaikuttavuutta tutkiaksemme paras mahdollinen aineisto, sillä se sisälsi jokaisen tähän mennessä Keravan perhekouluun osallistuneen vanhemman vastaukset.

Tutkimuksemme luotettavuutta lisää se, että tutkimustulokset olivat varsin johdonmukaisia keskenään eikä erityisiä poikkeamia esiintynyt. Tutkimuksessamme Keravan perhekoulun toiminta nousi esiin positiivisena, ja samanlaista positiivista kehitystä on näkynyt muissakin perhekouluista tehdyissä tutkimuksissa. Tutkimuksen luotettavuutta korostaa myös se, että emme tutkijoina osallistuneet itse aineiston keruuseen, emmekä vaikuttaneet siten millään tapaa tutkimuksen tuloksiin, mikä tekee tutkimuksesta objektiivisen (Heikkilä 2010, 31). Emme olleet läsnä aineiston keruutilanteissa emmekä siten voineet ohjata vanhempia edes tiedotamattamme vastaamaan väittämiin toivomallamme tavalla. Tutkimuksemme luotettavuuden kannalta on merkittävää, ettemme johdatelleet vanhempia vastaamaan kyselylomakkeisiin toivomallamme tavalla (Heikkilä 2010, 31).

Tutkimuksen luotettavuutta saattaa puolestaan heikentää se, että tulokset perustuvat täysin vanhempien kokemukseen eikä aineiston keruuseen käytetty muita mittareita. Vanhemman kokemus omista toimintatavoistaan ei välttämättä ole yhteneväinen sen kanssa, miten vanhempi todellisuudessa toimii. Lisäksi vanhemmat ovat saattaneet tulkita väittämiä eri tavoin. Keravan perhekoulun kesto 10 viikkoa on myös melko lyhyt aika isoille muutoksille eikä muutosten pysyvyydestä tai niiden voimakkuudesta voida olla varmoja, kun tutkimukseen ei kerätty aineistoa pidemmän ajan kuluttua perhekoulun päättymisestä. Aiempien perhekouluista tehtyjen tutkimusten valossa näyttäisi kuitenkin siltä, että perhekoulun vaikutukset ovat olleet jokseenkin pysyviä (Salmi 2008).

Tutkimuksemme on tehty sosiaalialan eettiset ohjeistukset ja tutkimusetiikka jatkuvasti mielessä pitäen. Jo alusta lähtien vanhempien osallistuminen tutkimukseen on ollut täysin vapaaehtoista eikä siihen ole kukaan painostanut. Tutkimus on suoritettu siten, että vanhempien

anonymiteetti on ollut täysin turvattu. Saimme aineiston käsiimme ilman tunnistetietoja ja olemme säilyttäneet sitä huolellisesti salassa. Yksittäistä vanhempaa ei voi tunnistaa tutkimuksestamme, mikä on tutkimuseettisen tietosuojan kannalta tärkeää (Heikkilä 2010, 32).

14 Pohdinta

Tutkiessamme Keravan perhekoulun vaikuttavuutta tuli ilmi, että Keravan perhekoulu vaikutti eniten vanhempien kasvatuksessa käyttämiin negatiivisiin ohjauskeinoihin. Perhekoulun myötä vanhemmat käyttivät vähemmän negatiivisia ohjauskeinoja lastensa kanssa toimiessaan. Perhekoulun jälkeen vanhemmat esimerkiksi moittivat ja syyllistivät lapsiaan vähemmän kuin perhekoulun alussa. Vanhemmat myös menettivät harvemmin malttinsa ja huusivat lapsilleen harvemmin perhekoulun myötä. Olemme ajatelleet, että tähän kehitykseen ovat vaikuttaneet perhekoulun aikana käydyt keskustelut vanhempainryhmässä ja saatu informaatio kasvatuksesta sekä toimivista kasvatuksellisista ohjauskeinoista.

Vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta tarkastellessa ilmeni, että vanhempien kokema ärtymys lapsiaan kohtaan väheni perhekoulun myötä jonkin verran. Tämän voidaan olettaa johtuvan siitä, että vanhempien käyttämien kasvatuksellisten ohjauskeinojen painopiste on siirtynyt positiivisempien ohjauskeinojen suuntaan. Keravan perhekoulu näyttäisikin vaikuttaneen eniten negatiivisten asioiden vähentymiseen, niin ohjauskeinojen kuin vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen osalta.

Tutkimuksemme osoittaa lisäksi, että myös vanhempien kasvatuksessa käyttämät positiiviset ohjauskeinot kehittyivät perhekoulun myötä, joskin selvästi vähäisemmin verrattuna negatiivisiin ohjauskeinoihin. Perhekoulun myötä vanhemmat alkoivat esimerkiksi varata enemmän aikaa yhteiseen tekemiseen lastensa kanssa. Vanhemmat pitivät myös paremmin kiinni sovi-
tuista säännöistä ja sääntöjen rikkomisen seuraamuksista perhekoulun jälkeen.

Tutkimuksessamme ilmeni selkeitä positiivisia muutoksia vanhemman jaksamisen suhteen. Perhekoulun myötä vanhemmat esimerkiksi kokivat harvemmin keinottomuutta lapsensa käyttäytymisen ohjaamisessa ja harvemmin väsymystä kasvattajana. Lisäksi vanhempien kokema toivottomuus ajatellessaan lapsensa tulevaisuutta väheni perhekoulun myötä. Oli mielenkiintoista havaita, miten vanhempien jaksaminen kehittyi perhekoulun myötä positiivisempaan suuntaan. Näkemyksemme mukaan vanhemman jaksamiseen vaikutti perhekoulussa erityisesti vertaistuki. Perhekoulussa vanhemmat pääsivät jakamaan kokemuksiaan ja keskustelemaan yhdessä muiden samassa tilanteessa olevien vanhempien kanssa. Myös ammattilaisten läsnä-
olo ja tuki perhekoulussa on tärkeä osa tätä kokemusta. Perhekoulussa vanhemmilla on paikka ja aika keskustella aiheista, joista eivät ole välttämättä muualla voineet tai kehdanneet kes-

kustella, minkä uskomme olevan varmasti monelle helpottava asia. Päästessämme seuraamaan perhekoulun vanhempainryhmän toimintaa tämä tuli ilmi mielestämme selvästi.

Tutkimuksemme tuloksia selittää mielestämme se, että tutkimuksemme aiheet vaikuttavat kaikki toisiinsa: vanhemman jaksaminen vaikuttaa hänen käyttämiin kasvatuksellisiin ohjauskeinoihin, jotka vuorostaan vaikuttavat vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen laatuun. Jos siis esimerkiksi vanhemman jaksaminen on paremmissa kantimissa, painottuvat hänen käyttämänsä kasvatukselliset ohjauskeinot todennäköisesti positiivisempiin keinoihin. Tämä taas mitä luultavimmin näkyy vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksessa positiivisena vireenä. Positiiviset tulokset jossain näistä osa-alueista voivat siis ajan kanssa heijastua muihinkin osa-alueisiin. Eli pidämmekin hyvin mahdollisena sitä, että on mahdollista onnistua luomaan positiivinen kierre tutkimiemme teemojen välille.

Tutkimuksemme Keravan perhekoulun vaikuttavuudesta on tärkeä, koska se antaa tietoa toiminnan vaikutuksista, mikä olikin tavoitteenamme tälle tutkimukselle. Tutkimustamme on myös mahdollista hyödyntää Keravan perhekoulun esille tuomisessa yhtenä lapsiperheiden palveluna. Keravan perhekoulu voidaan nähdä ennaltaehkäisevänä tukimuotona lapsiperheille, joissa vanhemmat tarvitsevat tukea kasvatukseen. Keravalla perhekouluun on mahdollista osallistua ilman, että perheellä olisi esimerkiksi lastensuojelun asiakkuutta tai lapsella minkäänlaista diagnosoitua häiriötä. Keravan perhekouluun osallistumisen syyksi riittää ainoastaan vanhemman kokemus lapsen haastavuudesta tai ylivilkkaudesta ja siitä seuranneesta arjen haasteellisuudesta. Keravan perhekoulun kaltaisilla lapsiperheiden palveluilla on merkittävä rooli suurempien ongelmien ennaltaehkäisyssä, kuten tutkimuksen teoriaosiossa olemme tuoneet esiin.

Mielestämme tämä tutkimus ja muut samankaltaiset tutkimukset pienlapsiperheisiin kohdistuvista interventioista korostavat ennaltaehkäisevien varhaisten tukimuotojen merkitystä. Puutumalla riittävän aikaisin perheissä koettuihin haasteisiin, voidaan saada aikaan positiivisia tuloksia ja parantaa vanhempien jaksamista sekä edesauttaa lapsien mahdollisuuksia pärjätä jatkossa. Uskomme, että Keravan perhekoululla voi olla suuri merkitys monien perheiden elämään. Tukemalla vanhempien kasvatuksellisia ohjauskeinoja ja perheenjäsenten välistä vuorovaikutusta voidaan saada aikaan positiivisia kierteitä perheiden arkeen. Pienetkin muutokset positiiviseen suuntaan ovat inhimillisestä näkökulmasta arvokkaita. Myös yhteiskunnallisesta näkökulmasta katsottuna voidaan ajatella Keravan perhekoulun kaltaisten interventioiden olevan hyödyllisiä ratkaisuja suurempien ongelmien ennaltaehkäisemiseksi. Monimutkais-tuneiden perhetilanteiden ratkominen on aina sekä vaikeampaa että kalliimpaa.

Tutkimusta tehdessämme mieleemme nousi myös mahdollisia mielenkiintoisia jatkotutkimuksen aiheita liittyen Keravan perhekouluun. Mielestämme olisi kiinnostavaa, jos aiheesta teh-

täisiin seurantatutkimus, jossa tarkasteltaisiin Keravan perhekoulun vaikutuksia pidemmällä aikavälillä. Olisi mielenkiintoista nähdä, miten pysyviä perhekoulun vaikutukset ovat Keravalla olleet. Lisäksi yhtenä jatkotutkimuksen aiheena voisi olla myös Keravan perhekoulun vaikutus lapsen käytökseen.

Lähteet

- Aronen, E. 2000. Ylivilkas lapsi. HYKS:n lasten ja nuorten sairaala, lastenpsykiatria. Duodecim. Viitattu 25.5. 2015. <http://www.ebm-guidelines.com/xmedia/duo/duo91884.pdf>
- Autti-Rämö, I. & Martikainen, J. 2010. Lääkkeitä rauhattomille pojille ja masentuneille tytöille. Perhepiirissä. Viitattu 28.5.2015. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/17471/Perhepiirissa.pdf>
- Furman, B. 2012. Olen ylpeä sinusta! Ratkaisukeskeisiä keinoja vanhemmille ja muille lasten kasvattajille. Helsinki: Tammi.
- Gustafsson, C. Tilastotieteen johdantokurssi. Luentorunko. Vaasan yliopisto. Viitattu 17.8.2015. http://lipas.uwasa.fi/~chg/TJK_s2011.pdf
- Halme, N., Kanste, O. & Perälä, M-L. 2014. Lapsiperheiden kokemus palvelujen saatavuudesta ja tuen riittävyydestä. Lapsiperheiden avun tarpeet ja palvelut. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Tampere: Juvenes Print.
- Halme, N., Nykänen, S., Perälä, M-L. & Salonen, A. 2011. Miten lasten ja perheiden palvelut vastaavat tarpeita? Vanhempien näkökulma. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print.
- Haverinen, R., Koivisto, J., Malmivaara, A., Ristikartano, V. & Westman, R. 2005. Perheinterventoiden vaikuttavuus. Järjestelmällinen kirjallisuuskatsaus. Stakes. Viitattu 19.8.2015. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75725/Perheinterventiot2005.pdf?sequence=1>
- Heikkilä, T. 2010. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita.
- Hellsten, T. 1999. Vanhemmuus - vastuullista vallankäyttöä. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Holm, J., Huuskonen, P., Jyrkämä, O., Karnell, S., Laimio, A., Lehtinen, I., Myllymaa, T. & Vahtivaara, J-M. 2010. Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelu ASPA. Viitattu 19.8.2015. http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf
- Hämäläinen, U. & Kangas, O. 2010. Johdanto: Lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnin tarkastelua. Perhepiirissä. Viitattu 28.5.2015. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/17471/Perhepiirissa.pdf>
- Jansson, A., Lauhaluoma, H., Rinne, O., Sandberg, S. & Santanen, S. (toim.) 2008. Perhekoulun käsikirja. Käytännön opas vanhemmille. Helsinki: Tyylipaino Oy.
- Jäntti, M. 2010. Lapsiköyhyydestä Suomessa. Perhepiirissä. Viitattu 26.5.2015. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/17471/Perhepiirissa.pdf>
- Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2007. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Helsinki: Edita.
- Katajisto, O. & Tuominen, E. 2006. ”Kyllä sitä välillä ollaan niin nokat vastakkain”. Tutkimus koskien ylivilkkaiden leikki-ikäisten lasten vanhemmuutta sekä perhekoulu-intervention vaikuttavuutta. Jyväskylän yliopisto: Psykologian laitos. Viitattu 19.8.2015. https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/11138/URN_NBN_fi_jyu-2006552.pdf?sequence=1
- Keravan perhekouluesite 2015. Keravan Perhekoulu - ryhmämuotoinen kuntoutus- ja vertaistukiohjelma haastaville/ ylivilkkaille lapsille ja heidän vanhemmilleen. Viitattu 22.8.2015. http://www.kerava.fi/palvelut/Documents/sos_Perhekouluesite_2015.pdf

Kinnunen, T. 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Jyväskylän yliopisto: Kasvatustieteen laitos. Viitattu 19.8.2015.
https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/8787/URN_NBN_fi_jyu-2006372.pdf?sequence=1

Kinnunen, U. & Mauno, S. 2002. Työ ja perhe-elämä vanhempien ja lasten näkökulmasta. Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Keuruu: PS-kustannus.

Kristeri, I. 1999. Näe minut. Vanhemmuus ja lapsen kohtaaminen. Hämeenlinna: Karas-Sana Oy.

Korja, O. 2012. ”Se on niin voimakas yhdistävä juttu, se että ymmärtää toisiaan”. Alle kouluikäisten lasten vanhempien kokemuksia ohjatusta vertaistukiryhmästä. Jyväskylän yliopisto: Kasvatustieteiden laitos. Viitattu 1.6. 2015.
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/37696/URN:NBN:fi:jyu-201204141537.pdf?sequence=1>

Kuivakangas, J. 2002. Kuuluuko ääni, löytyykö keinot? Lähtökohtia lasten pahoinvoinnin tarkasteluun. Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Keuruu: PS-kustannus.

Lainiala, L. 2010. Perhepolitiikan uudet tuulet. Perheen paluu. Helsinki: Väestöliitto ry.

Lajunen, K. 2007. Toimijuuden rakentaminen ja rakentuminen ylivilkkaiden ja tarkkaamattomien lasten äitien ryhmäohjauksessa. ”Niin metsä vastaa ku sinne huudetaan, niin kyllä on monta kertaa tullu mieleen”. Jyväskylän yliopisto: Psykoterapian erityispsykologikoulutus. Viitattu 1.6.2015.
https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18459/URN_NBN_fi_jyu-200803171270.pdf?sequence=1

Lapsen oikeuksien julistus. Lapsen oikeudet. UNICEF. Viitattu 25.5.2015.
<https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/lapsen-oikeuksien-julistus/>

Lastenneuvolaopas. 2004. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 19.8.2015. http://www.ebm-guidelines.com/dtk/lno/avaa?p_artikkeli=lno00049

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417. Finlex. Viitattu 25.5.2015.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

Lukman, L. & Myllärniemi, A. 2007. Perhesosiaalityön raportti. Varhainen tuki perheiden kanssa tehtävässä sosiaalityössä. Helsinki: Helsingin kaupungin sosiaalivirasto.

Marttunen, M. & Santalahti, P. 2014. Lasten ja heidän vanhempiansa mielenterveys. Lapsiperheiden terveys ja elintavat. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Tampere: Juvenes Print.

Punamäki, R-L. & Solantaus, T. 2008. Maailma, lapsi ja lapsen kehityksen tutkimus: globaalien talouden polku lapsen kehitykseen ja mielenterveyteen. Kulttuuri lapsen kasvattajana. Helsinki: WSOY.

Salmi, E-L. 2008. The Family School. The Impact of a Group Training Programme on Overactive Hard-to-Manage Preschool Children and Their Parents. Åbo Akademi University Press. Viitattu 17.8.2015.
<https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/38679/SalmiEeva.pdf?sequence=2>

Simple Interactive Statistical Analysis. Fisher Exact. Viitattu 28.8.2015.
<http://www.quantitativeskills.com/sisa/statistics/fishrhlp.htm>

Sipilä, J. & Österbacka, E. 2013. Enemmän ongelmien ehkäisyä, vähemmän korjailua? Perheitä ja lapsia tukevien palvelujen tuloksellisuus ja kustannusvaikuttavuus. Valtiovarainministeriön julkaisu 11/2013. Viitattu 25.5.2015.
http://www.2014.vm.fi/vm/fi/04_julkaisut_ja_asiakirjat/01_julkaisut/08_muut_julkaisut/20130408Enemmaa/perhe_NETTI.pdf

Suomen perustuslaki 11.6.1999/731. Finlex. Viitattu 25.5.2015.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>

Suoninen, E. 2008. Ihanteet ja arki. Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen haasteet nyky-Suomessa. Kulttuuri lapsen kasvattajana. Helsinki: WSOY.

Taanila, A. 2013. SPSS: khiin neliö - testi. Akin menetelmäblogi. Viitattu 17.8.2015.
<https://tilastoapu.wordpress.com/tag/khiin-nelio-testi/>

Tahkokallio, K. 2003. Mitä tehdä levottomille lapsille. Helsinki: WSOY.

Kuviot

Kuvio 1: Menetän malttini (vihastun niin, että annan tunteelleni liikaa valtaa)	30
Kuvio 2: Moitin tai syyllistän lasta (esim. miksi olet niin tuhma/riiviö..., taas sinä..., miksi sinä aina..., sinä et koskaan...)	31
Kuvio 3: Koen keinottomuutta lapseni käyttäytymisen ohjaamisessa	35
Kuvio 4: Positiivisten ohjauskeinojen kehitys perhekoulun aikana	39
Kuvio 5: Keskustelevien ohjauskeinojen kehitys perhekoulun aikana	40
Kuvio 6: Negatiivisten ohjauskeinojen kehitys perhekoulun aikana	41
Kuvio 7: Vuorovaikutuksen kehitys vanhemman ja lapsen välillä perhekoulun aikana	42
Kuvio 8: Vanhemman jaksamisen kehittyminen perhekoulun aikana	43

Taulukot

Taulukko 1: Kehun ja kiitän lasta	27
Taulukko 2: Neuvottelen ja teen sopimuksia lapsen kanssa (esim. tulevista tilanteista)... ..	27
Taulukko 3: Pidän kiinni sovituista säännöistä ja sääntöjen rikkomisten seuraamuksista ..	28
Taulukko 4: Käytän kovia fyysisiä otteita lapsen ohjaamisessa (kovakouraista käsittelyä)	28
Taulukko 5: Rankaisen lasta fyysisesti (esim. tukistan, annan luunapin...)	29
Taulukko 6: Komennan lasta huutamalla	29
Taulukko 7: Palkitsen lasta (jotka sovittu lapsen kanssa: jos teet X, saat Y, esim. jos kaupassa käynti sujuu hyvin, saat jäätelön)	32
Taulukko 8: Juttelen lapsen kanssa (päivän tapahtumista, kokemuksista, tulevasta...)	32
Taulukko 9: Annan nimen lapsen tunteille (esim. sinä olet nyt vihainen/surullinen)	33
Taulukko 10: Varaan aikaa yhteiseen tekemiseen lapsen kanssa (leikki, pelit, ulkoilu...) ..	34
Taulukko 11: Tunnen ärtymystä lasta kohtaan	34
Taulukko 12: Nautin yhteisistä hetkistä lapseni kanssa	35
Taulukko 13: Koen väsymystä kasvattajana	36
Taulukko 14: Tunnen syyllisyyttä vanhempana	37
Taulukko 15: Tunnen toivottomuutta ajatellessani lapseni tulevaisuutta	37
Taulukko 16: Voin jutella jonkun kanssa vanhemmuudestani ja jakaa kasvatuksen pulmia	38
Taulukko 17: Koen luottamusta itseeni ja kykyihini toimia vanhempana.....	38

Liitteet

Liite 1 Kyselylomake	55
----------------------------	----

Liite 1 Kyselylomake

Perhekoulu

VANHEMPI Vastaa

Pvt. / / Ajankohta: Ennen perhekoulu

Nykytilanne. Kuinka usein koet vanhemmuudessaasi seuraavia asioita ja missä määrin käytät seuraavia ohjauskeinoja lapsesi kanssa?(ympyröi kullakin rivillä yksi numero asteikolla 1 ...7).

1 = En lainkaan

2 = Hyvin harvoin

3 = Harvoin (kerran, pari taukaudessa)

4 = Ylikotaisin

5 = Useamman kerran viikossa

6 = Lähes päivittäin

7 = Joka päivä

Vanhemmuus ja jaksaminen

1. Koen keinottomuutta lapseni käyttäytymisen ohjaamisessa

2. Koen väsymistä kasvattajana

3. Tunnan syyllisyyttä vanhempana

4. Tunnan ärtyymystä lasta kohtaan

5. Tunnan toivottomuutta ajatellessani lapseni tulevaisuutta

6. Voin jutella jonkun kanssa vanhemmuudestani ja jakaa kasvatuksen pulmia

7. Nautin yhteisistä hetkistä lapseni kanssa

8. Koen luottamusta itseeni ja kykyihini toimia vanhempana

Ohjauksen periaatteita ja keinoja

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7

Muutos. Onko niissä tapahtunut muutoksia Perhekouluun jälkeen? Mihin suuntaan? (rastita kullakin rivillä yksi kohta asteikolla-3 ... + 3)

Muutosta huom- paan muutosta suuntaan

Ei mitään muutosta suuntaan

-3 -2 -1 0 +1 +2 +3

Muutosta huom- paan muutosta suuntaan

Ei mitään muutosta suuntaan

-3 -2 -1 0 +1 +2 +3